

COPILOTE

LE GUIDE PRATIQUE DES 16-25 ANS



VILLE DE
Nantes

5^{ème} édition
2009 / 2010

16-25 ANS
CLAP

Comité Local d'Aide aux Projets

Et nos **PROJETS** avancent

ALL•NANTES 02 40 41 9000 www.nantes.fr

Citoyenneté

VILLE DE
Nantes

Dispositif d'aide et d'accompagnement
au montage de **projet** pour les **16-25 ans**



Nantes est effervescente, bouillonnante, forte des projets de ses habitants. C'est ce foisonnement d'actions, de dispositifs d'accompagnement, de lieux d'information, de structures d'aide au projet pour les jeunes, que vous pourrez retrouver dans cette 5^{ème} édition du guide Copilote, une édition encore plus complète que les précédentes. Véritable mallette à outils du bien-vivre à Nantes et miroir de son dynamisme, Copilote

permet de s'orienter dans la Ville, et d'appréhender les initiatives qui s'y déploient. Ce guide vous offrira toutes les informations nécessaires pour découvrir ou redécouvrir notre ville et sa vitalité.

Bonne lecture !

Jean-Marc AYRAULT

Député-Maire de Nantes

SOMMAIRE

■ S'INFORMER.....	04 - 16	■
■ PRATIQUER.....	18 - 31	■
■ S'ENGAGER.....	32 - 41	■
■ S'OUVRIR.....	42 - 49	■
■ INVENTER (aide aux projets)	50 - 57	■
■ SORTIR LE JOUR	58 - 68	■
■ SORTIR LA NUIT	70 - 87	■
■ FAIRE DU SPORT	88 - 95	■
■ SE DÉPLACER	96 - 105	■
■ SE LOGER	106 - 115	■
■ SE NOURRIR	116 - 125	■
■ SE SOIGNER	126 - 137	■
■ SE FORMER	138 - 147	■
■ TRAVAILLER	148 - 157	■
■ PARTIR	158 - 163	■
■ COUPS DURS	164	■

ASSOCIATION PULSE - DIRECTION DE LA COMMUNICATION

DIRECTION ENFANCE ET JEUNESSE Ville de Nantes (septembre 2009)

Crédits photos : Gregg BRÉHIN, Benoît PAREY, Coralie MARIE, Yves MONTEIL (Takaprés),

Rémi ALÈM GOULET (Cable #), Lassad DJERBI (NNBC), José PIRES (Frisbeurs Nantais).



S'INFORMER SUR TOUT ! Une idée, un bon plan



CRIJ économique

Toute l'information jeunesse sous la main

“ Qu'est-ce que je fais dans la vie ? Bonne question (rires) ! Je viens de finir ma licence de psycho à la fac de Nantes et, comme beaucoup d'étudiants qui finissent un cycle, je ne sais pas ce que je vais faire. J'hésite entre continuer mes études et devenir psychologue du travail ou partir en Inde pour apprendre la danse indienne, que je pratique déjà. C'est justement pour ça que je suis là ! Je ne connaissais pas le Centre Régional Information Jeunesse avant qu'un ami ne m'en parle. Au départ, je suis juste venue pour consulter les offres de stage. Finalement, une conseillère m'a montré toute la documentation que proposait le C.R.I.J. pour partir à l'étranger. Elle m'a aussi renseignée sur les possibilités d'orientation qui s'offraient à moi. Sinon, j'ai vu qu'il y avait des ordinateurs sur lesquels on peut consulter Internet gratuitement. Je vais bientôt avoir le web chez moi, mais en attendant, ça peut servir ! Bref, au C.R.I.J., j'ai toute l'information sur place. Avec tout ça, je devrais bien réussir à me décider ! ”

T. 02 51 72 94 50 | www.infos-jeunes.fr

CÉCILE | TREMPOLINO | 17:23



SARAH & JEAN-FRANÇOIS | FABRIQUE DU LIBRE | 09:27



VANESSA | M.C.M. | 10:14

Si vous arrivez à Nantes, commencez par là !

Trempolino faites le grand saut

Vous souhaitez avancer musicalement parlant, aller plus haut et croire encore à l'avenir... Commencez par brûler vos CD de Tina Arena. Ensuite, une adresse incontournable à Nantes, Trempolino. Cette association qui fêtera ses 20 ans en 2010 vous accompagne dans tous vos projets musicaux, en mettant par exemple à votre disposition, ses locaux de répétition, différentes formations (voix, compo, MAO...) ou l'ensemble de ses ressources documentaires et administratives. Plus d'excuses pour ne pas prendre votre envol musical. À vos guitares et envoyez du son !

Allo ? 02 40 46 66 33 | www.trempo.com

Fabrique du Libre

plus « green » que « geek »

Et si l'informaticien de base, l'adepte des forums et autres jeux en réseau était finalement un ami de la nature ? À cette interrogation, la Fabrique du Libre répond oui sans aucun doute. Cette association s'est spécialisée dans les problématiques liées à l'écologie et à l'informatique. Très au fait sur la question des logiciels libres, elle souhaite faciliter l'accès pour tous à la technologie, à moindres frais et ce, sans rogner sur « la créativité personnelle ». Plus aucune excuse pour ne pas vous ouvrir au monde parfois nébuleux de l'informatique.

Allo ? 09 53 46 39 22

<http://la-fabrique-du-libre.org>

Maison des Citoyens du Monde

passerport diplomatique

Rien à voir avec la chaîne musicale ! La Maison des Citoyens du Monde est une véritable mine d'or si vous vous intéressez à la solidarité internationale, à l'humanitaire et aux relations nord-sud. Environ 1 400 ouvrages, des revues, des dossiers thématiques, des expos... Et si vous ne trouvez pas votre bonheur, la base de données, consultable en ligne, centralise aussi les documents complémentaires appartenant à d'autres centres. Lieu culte pour tous ceux qui veulent élargir leur culture internationale.

Allo ? 02 40 69 40 17

www.maisondescitoyensdumonde.org

GRENADINE | MAISON DE LA POÉSIE | 14:24



THOMAS | MIRE | 16:35



JACQUES | BASE D'APPUI | 21:07



SYLVIE | ÉCOPÔLE | 10:05

Acteurs de la ville

Maison de la Poésie

sonnet à la porte

Des informations en tout genre concernant les concours, les prix, les ateliers d'écriture... Tous ceux qui sont dans une démarche littéraire trouveront des réponses à leurs questions et de quoi s'orienter efficacement. Et si vous êtes simplement passionné de poésie, vous trouverez forcément votre bonheur parmi les 7 000 ouvrages ou dans les dossiers consacrés aux auteurs. Enfin, l'excellent festival « Midi Minuit Poésie » fêtera sa neuvième édition en octobre. Laissez-vous conter !

Allo ? 02 40 69 22 32

www.maisondelapoesie-nantes.com

Base d'Appui

un socle solide pour l'art public

Atypique, c'est sûrement l'adjectif qui caractérise le mieux ce lieu référence de l'art contemporain. Lieu de vie des créateurs de l'association Entre-Deux, lieu d'expositions, de consultations de documents ou encore bureau de productions, la Base d'Appui vous permettra d'appréhender de bien des manières l'art contemporain et vous surprendra par sa disposition et son ambiance uniques. Artistes, amateurs éclairés ou même novices, ne passez pas votre chemin !

Allo ? 02 40 71 81 41

<http://artpublic.entredeux.free.fr>

Mire

le cinéma autrement

Envie de vous ouvrir davantage au 7^e art, Mire vous propose de découvrir le cinéma expérimental à travers une programmation unique... Mais elle met aussi à votre disposition un laboratoire qui, après une courte initiation, vous permettra de produire vous-même votre film en super 8, histoire de se prendre pour Tarantino à ses débuts. Des « work shops » ou des ateliers pédagogiques sont également au programme. Action !

Allo ? 02 40 89 78 07

<http://mire.exp.free.fr>

Ecopôle

vous allez être vert

Envie d'agir pour votre ville, de reboiser la place Royale, de rouler à l'huile de colza ou juste de sauver Willy... Une seule adresse : Ecopôle ! Un réseau d'associations qui œuvre pour l'écologie et le développement durable, « sorte de syndicat d'initiatives de l'environnement ». Pour une simple documentation, un échange avec un intervenant spécialisé ou encore pour le lancement d'un projet de développement durable, Ecopôle vous accompagne de A à Z. Lancez-vous !

Allo ? 02 40 48 54 54

www.ecopole.com

VANESSA | MÉMOIRE DE L'OUTRE-MER | 11:55



ANOUCK | ESPACE SIMONE DE BEAUVOIR | 09:43



RAPHAËL | CLGBT | 15:13



SOPHIE & FLORENCE | FAL | 10:09



Acteurs de la ville

Mémoire de l'Outre-mer

la culture créole à l'honneur

Votre culture concernant l'Outre-mer se limite au Ti punch et à Francky Vincent... Ou au contraire vous êtes lecteur assidu d'Aimé Césaire et de Gisèle Pineau. Dans les deux cas, l'association Mémoire de l'Outre-mer vous accueille à bras ouverts. Elle met à votre disposition bon nombre de documents retraçant l'histoire et l'abolition de l'esclavage. Une large place est également faite à la littérature polynésienne et afro-caribéenne.

Allo ? 02 40 71 76 57
www.outremer44.com

Centre Lesbien Gay Bi & Trans. coming in

Le CLGBT de Nantes vous accueille, vous écoute et vous oriente vers d'autres associations partenaires en fonction de vos interrogations liées à votre identité sexuelle. Lieu d'information, les adhérents peuvent y emprunter des livres, ou des dvd, traitant par exemple de l'homo-parentalité ou de la trans-identité. L'adhésion à l'année ne coûte que 6 euros pour les étudiants et les personnes ayant un revenu inférieur au SMIC.

Allo ? 02 40 37 96 37
www.clgna.info

Espace Simone de Beauvoir

pour toutes et pour tous

L'espace SDB vous accueille et vous informe sur de nombreuses thématiques comme la contraception, les violences, la discrimination sexuelle, la prostitution... Regroupant 30 associations œuvrant pour le Droit des femmes, il saura vous orienter. Le centre de ressources de 1 300 ouvrages est également à votre disposition. Enfin, l'écrivaine public, présente sur place, sera votre alliée la plus précieuse pour la rédaction (gratuite) de tous vos courriers.

Allo ? 02 40 12 15 18
www.espace-de-beauvoir.org

Fédération des Amicales Laïques 44 association de bienfaiteurs

Le centre de ressources de la FAL 44 a pour mission de soutenir la vie associative en facilitant la mise en place des projets. Un suivi, un accompagnement, des conseils qui vous permettront d'appréhender plus sereinement le montage ou le financement de votre association. La FAL propose, par exemple, la formation des bénévoles, un accompagnement à la fonction d'employeur ou encore une primo information juridique.

Allo ? 02 51 86 33 06
www.centrederesources44.org

IRÈNE | MAISON DE L'EUROPE | 16:10



JULIA | CENTRE CULTUREL EUROPÉEN | 09:58



PATRICIA | MEIF | 15:56



MATHIEU | CENTRE CULTUREL BRETON | 11:48



Acteurs de la ville

Maison de l'Europe

l'UE ne dort plus dans la rue

L'UE n'est plus Sdf, on lui a trouvé un nouveau toit ! Place à l'utile et à l'efficace pour vous, chers citoyens européens ! Car la Maison de l'Europe c'est une passerelle entre tous les acteurs du département pour mieux vous aiguiller dans vos démarches européennes. Mais c'est aussi un riche fond documentaire abordant toutes les thématiques liées à l'UE mis à disposition. Incontournable.

Allo ? 02 40 48 65 49

www.maisoneurope-nantes.org

MEIF

libre-échange

La Maison des Échanges Internationaux et de la Francophonie est unique en France ! D'un côté, elle accueille et aiguille les nouveaux étudiants étrangers, notamment avec la mise en place, en septembre, d'un guichet unique destiné à leur faciliter les démarches administratives (assurance, sécu, logement...). De l'autre, elle oriente les étudiants nantais souhaitant poursuivre leur cursus à l'étranger. Un centre de ressources documentaires est également à disposition.

Allo ? 02 53 46 21 62

www.univ-nantes.fr

Centres Culturels Européens

france europe express

Le CCE regroupe quatre centres respectivement dédiés à la culture allemande, espagnole, italienne et britannique. Chacun d'eux est en mesure de vous fournir bon nombre de renseignements. Idéal si vous souhaitez effectuer un stage dans l'un de ces pays ou simplement obtenir des renseignements dans le cadre d'une recherche. Le centre est ouvert à tous et propose également une bibliothèque dédiée à chaque pays, avec littérature nationale, culturelle, historique ainsi que des films en V.O.

www.cce-nantes.eu

Agence Culturelle Bretonne

donemat !

La culture bretonne, ce n'est pas seulement le chouchen ou la galette saucisse, c'est avant tout un mélange des genres. Et c'est cette richesse identitaire que l'agence culturelle bretonne rassemble, en fédérant 105 associations qui se consacrent à l'histoire, la danse, la musique ou la langue bretonne. Vous trouverez sur place tout ce qui concerne de près ou de loin la Bretagne. Magazines, livres, dvd ou cd sont en consultation libre.

Allo ? 02.51.84.16.07

<http://a.c.b.free.fr>

LIEUX RESSOURCES

C.R.I.J.

Centre Régional Information Jeunesse
place de Bretagne
T. 02 51 72 94 50
www.infos-jeunes.fr

CID

Centre Interculturel de Documentation
2 bis bd Léon-Bureau 44200 Nantes
T. 02 40 47 88 36
www.cidoc.org

Trempolino

51 boulevard de l'Égalité
T. 02 40 46 66 33
www.trempol.com

Fabrique du Libre

17 rue Paul-Bellamy
T. 02 51 89 47 16
<http://la-fabrique-du-libre.org>

M.C.M.

Maison des Citoyens du Monde
8 rue Lekain
T. 02 40 69 40 17
www.maisondescitoyensdumonde.org

Maison de la Poésie

2 rue des Carmes
T. 02 40 69 22 32
www.maisondelapoésie-nantes.com

Mire

17 rue Paul-Bellamy
T. 02 40 89 78 07
<http://mire.exp.free.fr>

Base d'Appui

5 bis avenue de l'Hôtel-Dieu
T. 02 40 71 81 41
<http://artpublic.entredeux.free.fr>

Écopole

17 rue de Bouillé
T. 02 40 48 54 54
www.ecopole.com

Mémoire de l'Outre-Mer

89 quai de la Fosse
T. 02 40 71 76 57
<http://outremer44.free.fr>

Espace Simone de Beauvoir

25 quai de Versailles
T. 02 40 12 15 18
<http://pagesperso-orange.fr/espace-de-beauvoir>

Centre Lesbien Gay Bi et Trans

49/51 rue Maréchal-Joffre
T. 02 40 37 96 37
www.clgna.info

FAL 44

Fédération des Amicales Laïques
9 rue des Olivettes
T. 02 51 86 33 33
www.fal44.org

Maison de l'Europe

33 rue de Strasbourg
T. 02 40 48 65 49
www.maisoneurope-nantes.org

Centre Culturel Européen

1 rue du Guesclin
T. 02 40 35 39 43
www.cce-nantes.eu

Maison des Échanges Internationaux et de la Francophonie

15 chaussée de la Madeleine
T. 02 53 46 21 62
www.univ-nantes.fr/international

A.C.B. 44

Agence Culturelle Bretonne
24 quai de la Fosse
T. 02 51 84 16 07
<http://a.c.b.free.fr>

QUOTIDIENS

Ouest-France

2 quai François-Mitterrand 44200 Nantes
T. 02 40 44 69 69
www.ouest-france.fr
www.maville.com

Presse-Océan

8-12 rue Santeuil
BP 22418
44024 Nantes cedex 1
T. 02 40 44 24 00
www.presseocean.fr

QUOTIDIENS GRATUITS

Direct Nantes

www.directnantes.com

20 Minutes Nantes

8 rue Elie-Delaunay
T. 02 40 89 92 70
www.20minutes.fr/ville/Nantes

PÉRIODIQUES ET SPÉCIALISÉS

hebdomadaire

Kinorama

• gratuit
Hebdo-Set
17 rue de la Noë
44 830 Bouaye
T. 09 75 71 29 35
www.lekinorama.com

Wik

• gratuit
Média Côte Ouest
4 rue Vauban BP 30726 44007 Nantes cedex 1
T. 02 40 47 74 75
www.wik-lesite.fr

bimensuel

Sortir Nantes Grand Ouest

• gratuit
59 rue de Bel Air
T. 02 40 89 76 73
www.nantes.sortir.eu

mensuel

Kostar

• gratuit
Média Côte Ouest
4 rue Vauban BP 30726 44007 Nantes cedex 1
T. 02 40 47 74 75
www.kostar.fr

Pulsomatic

• gratuit
Association Pulse
42 rue de la Tour d'Auvergne 44200 Nantes
T. 02 40 35 31 31
www.pulsomatic.com

Citamoslup

• gratuit
Association Pulse
42 rue de la Tour d'Auvergne 44200 Nantes
T. 02 40 35 31 31
www.citamoslup.com
bimestriel

Journal Europa

• gratuit
Association Europa Production Nantes
Chemin de la Censive BP 41214
44312 Nantes cedex 3
T. 09 51 82 31 34
www.journaleuropa.info

Place Publique, la revue urbaine

1-3 rue de Crucy

www.revue-placepublique.fr

trimestriel

La Revue 303

Hôtel de la région

1 rue de la Loire 44966 Nantes cedex 9

T. 02 28 206 303

www.revue303.com

La Lettre à Lulu

Irrégulomadaire satirique

11 rue des Olivettes

www.lalettrealulu.com

en ligne

Fragil

trois numéros « papier » par an

• gratuit

51 bd de l'Egalité 44100 Nantes

T. 02 40 86 37 03

www.fragil.org

Et aussi, d'autres magazines

Nantes Madame, Nantes Femmes...

TÉLÉVISIONS

France 3 Pays de la Loire

2 rue Gaëtan Rondeau

BP 30109 44201 Nantes cedex 2

T. 02 40 99 44 44

<http://ouest.france3.fr>

Nantes 7

42 rue de la Tour d'Auvergne

Halle 5, 44200 Nantes

T. 08 26 10 51 61

www.nantes7.fr

Télé Nantes

42 rue de la Tour d'Auvergne

BP 76226 44262 Nantes cedex 2

T. 02 40 89 59 51

www.telenantes.com

PLAQUETTES ÉDITÉES PAR LA VILLE :

- Nantes Risques Majeurs, apprenons les bons réflexes !
- Les politiques publiques
- Parents, des adresses pour vous aider
- Bruits de voisinage, réglementation, conseils...

**"AGIR +
PRUN'**

Vous écoutez Prun' ? Vous les trouvez trop forts, trop bons, trop cool quoi ! Eh bien, sachez que vous aussi vous pouvez y participer. Vous avez un projet radiophonique qui vous trotte dans la tête, un peu de temps disponible et vous êtes réglo sur les créneaux... Contactez-les et, qui sait, peut-être que vous serez trop forts, trop bons... Et qu'à votre tour, vous ferez des envieux.

02 40 12 09 06 | www.prun.net

ALL●NANTES 02 40 41 9000
www.nantes.fr

A decorative border on the left and right sides of the text, featuring stylized white flowers and leaves on a black background.

**CURIEUSE
AGITEE
ECLECTIQUE
LIBRE
ELEGANTE
ENVOUTANTE
DIGITALE
DENICHEUSE
ERUDITE
NANTES
87.8**

nova
LE GRAND MIX





P RATIQUER SON TALENT **Une idée, un bon plan**

« Répète après moi », au labo 188

Ne ramenez que vos guitares et vos baguettes !

“ Il y a un an, je suis allée voir jouer le groupe Lambda Zéro. Je suis tombée amoureuse de leur « rock-punk joyeusement suicidaire » et je les ai suivis à chaque concert. Quand j'ai su qu'ils avaient besoin d'un nouveau bassiste, je les ai harcelés. Par chance (pour eux, car je suis formidable !), ils ont cédé. Depuis, on se voit 3 heures, chaque lundi, pour répéter au Labo 188. Nous payons 64 euros par trimestre, soit environ 5 euros par répétition. Dans notre local, une batterie complète, des amplis guitares et basses sont fournis, ainsi que les micros. C'est vraiment pratique car ça m'évite d'avoir à porter mon ampli. Oui, je suis une diva, même s'ils me surnomment tendrement « la vieille Ruth ». On s'aime beaucoup. Heureusement, ils sont redevenus très serviables depuis que je leur ai fait croire que j'allais intégrer un groupe qui occupe l'un des trois autres locaux du Labo 188. D'ailleurs, j'ai vu qu'il y avait un quatrième local dédié au rap, avec un studio d'enregistrement que l'on peut parfois utiliser. À ce sujet, faites-moi penser à harceler Philippe, le responsable ! ”



ALAIN | MAKIZ'ART | 16:32



JEREMIE | MAISON DES JEUX | 11:48

Si vous arrivez à Nantes, commencez par là !

Cyberespaces maison de quartier de l'île

Des ordinateurs ou des accès à Internet, tout le monde n'en a pas chez soi et encore moins quand on emménage pour la première fois dans son studio... (enfin) seul ! Heureusement, les maisons de quartier en général et celle du quartier de l'Île en particulier offrent la possibilité à chacun d'utiliser librement cet outil révolutionnaire qu'est le web. Alors, que vous soyez averti ou novice, chaque personne y trouvera son compte puisqu'un-e animateur(rice) est là autant pour aider les « billes » que pour conforter les « pros ». Donc pas de panique, Internet n'aura plus de secret pour vous quel que soit votre niveau.

Allo ? 02 40 48 61 01 | ile@accoord.fr

Makiz'art l'amour du ciné

Vous êtes passionnés de cinéma. Vous pouvez même vous targuer d'une petite pratique, amateur ou non, dans l'un des domaines qui compose cette création (écriture, cadrage, son, montage, production...) ou, à contrario, vous êtes bien moins doué ? Allez à la rencontre de l'association Makiz'Art pour y adhérer ou profiter d'un de leurs nombreux ateliers. Ils s'adressent autant aux néophytes qu'aux initiés. Et bientôt, vous serez un pro !

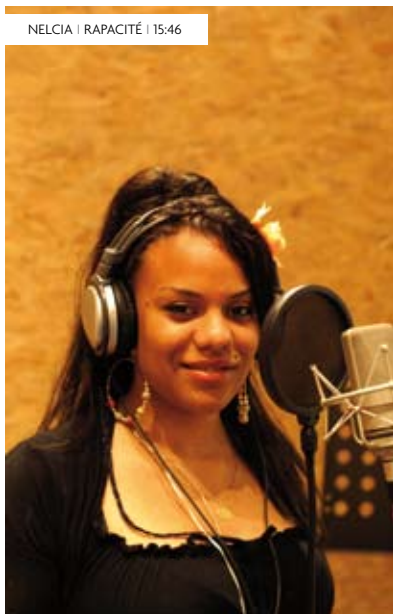
Allo ? 02 40 74 90 78
makiz.art.free.fr

Maison des Jeux entre amis

Le jeu est un excellent moyen de sortir de son quotidien ou, au moins, de bien rigoler entre amis (essayez aussi le concours de moustache, c'est imparable). Avec la Maison des Jeux, découvrez de nouvelles manières de jouer. Ce collectif d'associations qui milite pour la reconnaissance des jeux contemporains organise aussi des soirées jeux ludiques et conviviales dans différents endroits de Nantes. Cela vous changera des soirées Scrabble avec mamie. Mauvais perdants bienvenus !

Allo ? 02 40 35 75 67
<http://mdjn44.free.fr>

NELCIA | RAPACITÉ | 15:46



SÉBASTIEN | MENKALI | 14:15



MARIE | STYLE ALPAGA | 12:48



JULIEN | KENJA | 11:55



Acteurs de la ville

Rapacité

papas hip-hop

Vous êtes fan de hip-hop. Vous avez les fringues, l'attitude mais vous regardez les autres mixer ou graffer et vous vous dites qu'ils ont carrément plus la classe que vous. Passez le pas avec Rapacité ! Depuis 16 ans, l'association est incollable sur tout ce qui touche de près ou de loin au hip-hop. À travers différents ateliers, découvrez les mille et un plaisirs du deejaying, de la MAO, du rap, etc. Vous n'avez plus qu'à trouver votre nom de MC.

Allo ? 06 15 90 61 68

Style Alpaga

tisser du lien social

Style Alpaga propose aux jeunes de Nantes et de son agglomération de participer à des projets liés à la mode et à la création textile. Confection de vêtements, couture et bien sûr défilés sont montés de toutes pièces par ces stylistes en herbe qui expriment ainsi leur créativité artistique. L'association met également l'accent sur la rencontre, l'ouverture culturelle à travers la mode tout en participant à une meilleure insertion sociale et professionnelle de ses adhérents.

Allo ? 02 40 43 73 59

Menkali

spice girls

Elles sont deux, elles sont belles et elles ont plein de choses à vous apprendre ! D'abord, il y a Line. Chanteuse professionnelle, elle vous propose d'explorer votre organe vocal. Poser sa voix, gérer son énergie, voilà quelques exercices qui vous permettront de monter sur une scène ou de faire un toast d'anthologie en fin de repas. Ensuite, il y a Srimathi. Avec elle, découvrez la danse indienne classique ou effectuez un stage de danse Bollywood.

Allo ? 06 99 54 36 31 | 06 18 25 75 80

www.menkali.com

Kenja

libérez l'artiste

Le credo de cette association est simple : « permettre à chacun de développer son potentiel créatif et ainsi favoriser son épanouissement personnel ». Plutôt attirant... Au menu, mode, déco., création de bijoux, cuisine, bricolage... De quoi exprimer pleinement ses talents artistiques et les exposer à la face du monde via les événements organisés par l'association (défilés, expos...). Les richesses multiculturelles de chacun sont ainsi mises à l'honneur.

Allo ? 02 40 35 65 80

<http://kenja.hautetfort.com>

JOSÉ | LOLAB | 10:15



MARIAM | L'ÉCLECTIC | 14:15



JULIEN | BATISKAF | 17:48



ROMAIN | MPVite | 13:12



Acteurs de la ville

Lolab

à la croisée des arts

Interactivité et mélange des genres... Lolab mixe le multimédia, les arts plastiques et la musique dans ses expositions et autres performances scéniques, pour un cocktail explosif plein de spontanéité ! Le public n'est pas en reste car il est un acteur à part entière des productions Lolab ! Et si l'envie vous prend de participer à ce genre de projets pluridisciplinaires à vocation sociale, les stagiaires et autres bénévoles sont « toujours les bienvenus ! ».

Allo ? 02 40 67 95 36

www.lolab.org

Batiskaf

prenez la seconde !

Écumer les bars du coin, c'est fait ! Enregistrer des démos qui font « crrr crrr » à la maison, c'est fait ! Votre groupe de musique veut maintenant passer à la vitesse supérieure ? Le Batiskaf est fait pour vous ! C'est le palace de la répétition ! Avec un énorme plateau et une régie, le groupe joue dans des conditions de scène. Idéal pour préparer ses concerts ! Côté enregistrement, le Batiskaf dispose d'un studio équipé et de deux professionnels. Let's rock !

Allo ? 06 62 51 43 73

www.lebatiskaf.com

L'Éclectic Léo Lagrange

north side story

Vous avez un projet artistique, citoyen ou solidaire ? Ce dernier est lié au quartier Nantes Nord ? L'Éclectic Léo Lagrange peut vous donner le coup de pouce dont vous avez besoin. L'association échange avec vous afin de clarifier votre idée pour, ensuite, vous orienter vers les bons interlocuteurs. Subventions, partenaires, techniques multimédias, L'Éclectic est incollable sur bon nombre de sujets. Profitez-en, c'est gratuit !

Allo ? 02 40 40 91 18

www.eclectic-leolagrange.org

Manifestement Peint Vite

actif et intéressant

À quarante ans, bon nombre d'artistes sont encore appelés « jeunes » par les institutions. Le collectif MPVite, qui en regroupe des « très jeunes », a pris son destin en main et offre à voir ses créations. Nomade, il n'a pas de point de chute précis, mais on peut, tout au long de l'année, découvrir ici et là des expositions de qualité, et s'abonner à la newsletter de son excellent agenda des expositions.

Allo ? 09 50 69 75 54

<http://mpvite.free.fr>

NICOLAS | PSYCHOPOMPE TROUPE | 11:26



HOCINE | HB2 | 10:15



LOGAN | LE HANGAR | 16:32



CHARLES | DIPP | 11:55



Acteurs de la ville

Psychopompe Troupe **enflammez les planches**

À travers ses spectacles et son imagination, cette troupe de passionnés rend la culture accessible à tous ! Elle promeut les arts vivants dans leur ensemble en jonglant avec le théâtre, les marionnettes, les acrobaties, la musique... Et elle vous invite à vous prendre au jeu ! Les passionnés, les curieux, les artistes sont tous les bienvenus même sans aucune expérience théâtrale. Vous apprendrez sur le tas, au milieu de cette troupe unique qui fabrique ses spectacles de A à Z !

Allo ? 06 76 61 10 55

lapsychopomproupe@hotmail.fr

Le Hangar **the place to glisse**

Les riders nantais sont de petits chanceux ! Ils disposent d'un skatepark de 5 300 m² et... couvert, s'il vous plaît ! Ouvert aux skaters bien sûr, mais également aux rollers et aux BMXers, le Hangar comprend six aires de pratique complémentaires et s'adresse ainsi à tous les niveaux. Côté tarifs, il vous faudra d'abord adhérer à l'association (17 euros) puis déboursier 4,50 euros pour un créneau compris entre trois et cinq heures. De quoi vous rassasier de tricks en tout genre !

Allo ? 02 51 13 26 80

www.lehangar-skatepark.com

HB2 **university of break dance**

Si l'on devait coter les écoles de danse hip-hop nantaises comme les collèges et les lycées, HB2 serait sûrement sur le podium. Normal, la compagnie sait de quoi elle parle puisqu'elle fête bientôt ses 20 ans ! Les ateliers dédiés à la danse hip-hop ou jazz s'adressent aux pratiquants de tous les niveaux. Débutants et confirmés peuvent donc s'y côtoyer et partager leur passion. Vous pouvez déjà vous imaginer au milieu d'un cercle de personnes n'ayant d'yeux que pour vos figures.

Allo ? 02 40 46 40 40 ou 06 64 30 06 04

Dipp **votre quart d'heure de gloire**

Vous avez envie de manier la caméra et de faire de la télévision ? Dipp va réaliser votre rêve ! Composée de passionnés de la vidéo, l'association accompagne tous les projets audiovisuels de l'université. Dipp a aussi créé Vlipp, une web TV et réalise « Étudiants, poil aux dents ! », l'émission étudiante de Télé-nantes. Et si être caméraman, présentateur ou perchiste ce n'est pas votre truc, l'association a aussi besoin de journalistes, de communicants ou de webmasters.

Allo ? 02 51 12 57 39

www.dippsite.fr

CENTRES SOCIOCULTURELS ET MAISONS DE QUARTIER

ACCOORD (Siège)

10 rue d'Erlon BP 22329

44023 Nantes cedex 1

T. 02 40 74 02 52

contact@accordinantes.info

www.accordinantes.info

Toutes les coordonnées des maisons de quartiers sur le site Internet de l'ACCOORD

L3 arrêt : Jean Jaures

Nouvelles technologies de l'information et la communication (Ntic) pour les nuls

Cyberespaces-Maison de quartier de l'île

2 rue Conan Mériadec 44200 Nantes

T. 02 40 48 61 01

ile@accord.fr

L2, L3 / bus 58 arrêt : Vincent-Gâche

• **Informatique en accès libre :**

Créneau de 2 heures. mar : 15h - 17h / 17h - 19h ; merc : 10h - 12h, 14h - 16h, 16h - 18h ; jeu : 16h - 18h ; sam : 10h - 12h, 14h - 16h, 16h - 18h

• **Multimédia :**

l'Internet, l'image numérique, l'environnement général de l'ordinateur et du traitement de texte :

mar : 9h30 - 11h30 et jeudi : 18h - 20h

• **Visa pour Internet :**

Découvrir Internet sous toutes ses formes, surfer, communiquer par mail, par webcam, discussion instantanée, ainsi que le téléchargement :

mar : 10h - 12h

• **Retouche d'image :**

Initiation à la retouche sur Photoshop Elements. Apprendre les rudiments de la retouche numérique, le cadrage : mer : 19h - 21h30

• **Initiation express :**

Apprenez le nettoyage, l'installation de logiciels, le réglage Internet : mar : 19h - 21h (2 fois par mois)

Et aussi en Multimédia...

Centre socioculturel du Perray

1 rue Jules-Grandjovan

T. 02 40 49 74 69

bus 11-21-48 arrêt : Patis Rondin

Centre socioculturel de Malakoff

12 rue d'Angleterre

T. 02 40 47 70 53

bus 56-58 arrêt : Écosse

Maison de quartier Breil-Malville

52 rue du Breil

T. 02 40 76 08 54

bus 54 arrêt : Avenue Blanche

Centre socioculturel les Bourderies

2A rue de Saint-Brévin

T. 02 40 46 41 46

bus 11 arrêt : Bourderies

Tram 1 arrêt : Croix Bonneau

CINÉMA ET VIDÉO

Makiz'art

POL'n

11 rue des Olivettes

T. 02 40 74 90 78

makiz-art@hotmail.fr

<http://makiz.art.free.fr>

L2, L3 arrêt : Hôtel-Dieu

Mire

17 rue Paul-Bellamy

T. 02 40 89 78 07

mire.exp@free.fr

<http://mire.exp.free.fr>

L1 arrêt : 50 Otages

Les Quais de la Mémoire

Maison des Habitants et du Citoyen de Bellevue
1 place des Lauriers
44100 Nantes
T. 06 68 85 77 32
assoquais@yahoo.fr
www.lesquais.org
L1 arrêt : Lauriers

NTIC ET CRÉATION

Lolab

38 rue du Breil
44100 Nantes
T. 02 40 67 95 36
contact@lolab.org
www.lolab.org
bus 70 : Stade SNUC
bus 54 : Petit Carcouët

L'ÉclectiC

Initiatives Jeunesse Ressources Multimédia
Léo Lagrange Ouest
3 rue Eugène Thomas
44300 Nantes
T. 02 40 40 91 18
leolagrange.nantesnord@gmail.com
www.eclectic-leolagrange.org
bus 73, 96 arrêt : Géraudière
L2 arrêt : Chêne des Anglais

DIPP

Chemin de la Censive du Tertre BP 41214
44312 Nantes Cedex 3
T. 02 40 14 11 85
communication@dippsite.fr
www.dippsite.fr - www.vlipp.fr

MUSIQUES

Répéter

LABO 188

Maison de quartier de la Bottière

188 route de Sainte-Luce 44300 Nantes
T. 02 40 93 80 19
www.accoordnantes.info
L1 / bus 48, 71 arrêt : Souillarderie

Centre socioculturel Boissière

9bis rue Jean-de-la-Bruyère 44300 Nantes
T. 02 40 76 96 85
boissiere@accoord.fr
www.accoordnantes.info
L2 / bus 86, 96 arrêt : Boissière

Tremolino

51 boulevard de l'égalité 44100 Nantes
T. 02 40 46 66 33
info@tremolo.com
www.tremolo.com
L1 / bus 70 arrêt : Égalité

Le Batiskaf

rue Durance 44100 Nantes
T. 06 62 51 43 73
www.lebatiskaf.com
bus 81 arrêt : Roche Maurice

Maison de quartier Doulon

1 rue de la Basse-Chesnaie 44300 Nantes
T. 02 40 50 60 40
doulon@accoord.fr
bus 12 arrêt : Colinière

Maison de quartier Ile de Nantes

2 rue Conan-Mériadec 44200 Nantes
T. 02 40 48 61 01
ile@accoord.fr
L2, L3 / bus 58 arrêt : Vincent-Gâche

Maison de quartier Bellevue

25 rue du Jamet
44100 Nantes
T. 02 40 46 44 22
L1 arrêt : Lauriers

Prendre des cours

Calyps'Atlantic – Steel Drum

8 rue Arsène Leloup
44000 Nantes
T. 02 51 82 44 19
calypsatlantic@free.fr
www.myspace.com/calypsatlantic
bus 11 arrêt : Sanitat

apprendre le hip-hop

Rapacité

19 rue Jacques Cartier
44300 Nantes
T. 06 15 90 61 68 (David, Dr Maboul)
drnab@hotmail.fr
bus 73, 96 arrêt : Géraudière
L2 / bus 96 arrêt : Santos-Dumont

Cité Monde

42 boulevard Victor Hugo
44200 Nantes
T. 02 40 08 07 09
www.myspace.com/citmonde
bus 42, 52, 58 arrêt : République

Kontrat-Dixon / Dixit-Records

images et son...
51 boulevard de l'Égalité
44100 Nantes
T. 02 40 58 66 01
kontratdixon@free.fr
http://kontratdixon.free.fr
L1 / bus 70 arrêt : Égalité

JEUX

La Maison des jeux

14 rue Michel-Rocher 44200 Nantes
T. 02 40 35 75 67
mdjn44@free.fr
mdjn44.free.fr
mar au sam : 14h - 18h
mar, ven et sam : 18h - 00h
L2, L3 / bus 58 arrêt : Vincent-Gâche

ARTS ET ARTISANAT

Création : arts plastiques, cuisine, couture, BD, théâtre, danse, cirque

couture

Style Alpaga

15D boulevard Jean-Moulin 44100 Nantes
T. 02 40 43 73 59
découverte de la vie associative et réinsertion
par la création de vêtements
L1 / bus 11 arrêt : Jean-Moulin

danse

Menkali

7 allée Gerbault 44200 Nantes
danse@menkali.com
www.menkali.com
T. 06 18 25 75 80 / 06 99 54 36 31
bus 24, 52 arrêt : Pompidou

KLP

compagnie de danse hip-hop
14 rue du docteur-Brindeau 44000 Nantes
T. 06 67 40 98 38 (Brice)
contact@cieklp.fr
www.cieklp.fr
L3 arrêt : Viarme-Talencas
bus 22, 51, 54 arrêt : Sarradin
Ateliers ponctuels en cours d'année. Sensibilisation,
initiation, master class, perfectionnement...

HB2

5B rue Yves-Kartel 44100 Nantes
T. 02 40 46 40 40
hait2002@aol.com
L1 arrêt : Romain-Rolland

Marumba

6 rue Samuel de Champlain 44300 Nantes
T. 02 40 40 97 80
marumba@wanadoo.fr
<http://marumba.blog4ever.com>
L2 / bus 32 arrêt : Chêne des Anglais

théâtre

Psychopompe Troupe

T. 06 76 61 10 55 (Nico) ou T. 06 84 80 00 42 (Cam)
lapsychopompetroupe@hotmail.fr

atelier de créations

Kenja

9 rue de Norvège 44000 Nantes
T. 02 53 45 16 62
assokenja@hotmail.fr
<http://kenja.hautetfort.com>
bus 56, 58 arrêt : Écosse

Manifestement Peint Vite (MPVite)

2 rue FJ Talma, porte C 44100 Nantes
T. 09 50 69 75 54 ou T. 06 77 13 78 75
mpvite@gmail.com
www.mpvite.org

ARTS ET RECYCLAGE

Écorev

L'association collecte vos déchets, les trie et les valorise afin de leur offrir une seconde jeunesse. Une activité complètement développement durable, car Écorev œuvre bien sûr pour l'environnement, mais elle a également un impact social, puisqu'elle crée de l'emploi. N'hésitez pas à leur rendre visite et à faire un tour dans la boutique Écorev, une véritable brocante écolo et vraiment pas chère !

2 rue Louis Marin
T. 02 28 23 64 47

Association Transformeurs

L'association Tranformeurs défend par ses actions l'idée que l'art doit être accessible à chacun. Traduisant sa pensée par des actes, l'asso. créé donc de façon régulière des rendez-vous :

- Les expositions - ventes
- Les manifestations Transformeurs « 35h de recyclage artistique »
- Les ateliers collectifs Transformeurs
aurelia@transformeurs.net
<http://transformeurs.free.fr/transformeurs.html>

PLAQUETTES ÉDITÉES PAR LA VILLE :

- Guide Musica, faire de la musique à Nantes
- Guide des activités associatives (1 guide par quartier)
- Manifestations festives, organisation : mode d'emploi

'AGIR + PING

Depuis 2005, l'association soutient et accompagne les initiatives artistiques, culturelles liées au multimédia. Ces projets expérimentaux favorisent les usages innovants, pédagogiques, sociaux et solidaires des nouvelles technologies. Ping défend une éthique non-marchande de la pratique en privilégiant l'utilisation des logiciels libres. Sortez votre t-shirt « I love Linux » et devenez adhérents !

02 40 16 86 78 | www.pingbase.net

ALL●NANTES 02 40 41 9000
www.nantes.fr



BOUBACAR | PLUS DANS LA RUE | 09:15

S'ENGAGER ET ÊTRE UTILE

Une idée, un bon plan



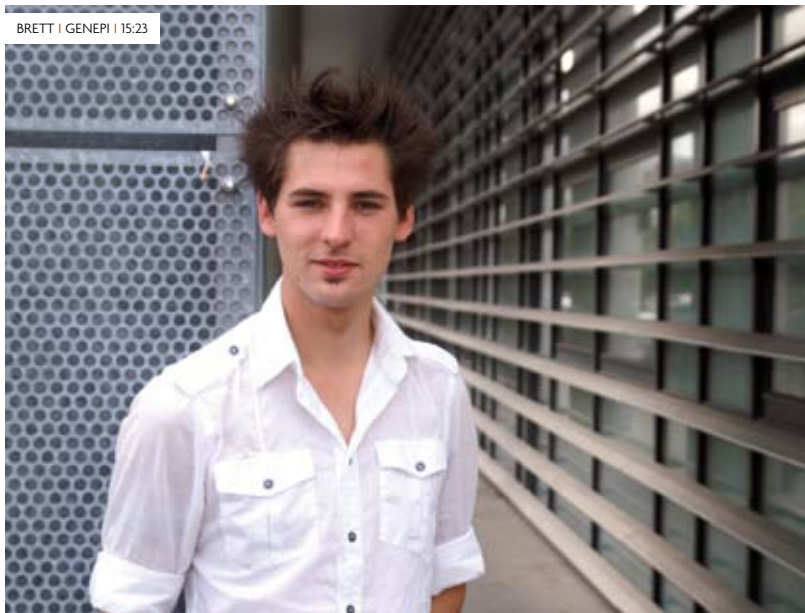
La Cimade, l'aide aux sans-papiers

J'y suis, j'y reste !

“ Originaire du Mali, je suis venu en France en 2002 pour voir ma famille. Par hasard, j'ai rencontré l'amour, et un an et demi plus tard, je me suis marié. J'ai donc appelé la préfecture qui m'a dit de retourner chez moi pour obtenir un Visa Conjoint Français. Un ami m'a alors parlé de la Cimade, qui aide les sans-papiers. Je suis allé les voir et ils m'ont appris que, selon la loi, je n'avais pas à repasser chez moi, vu que j'étais entré légalement en France. Ils m'ont aidé à faire toutes les démarches administratives. J'ai dû justifier six mois de vie commune avec ma femme. Normalement, j'avais trois semaines d'attente avant d'avoir une réponse. Deux mois plus tard, toujours rien ! J'étais baladé de service en service. J'ai re-contacté la Cimade, qui a appelé la préfecture. Deux semaines après, j'avais mon rendez-vous. Depuis on me renouvelle mon visa tous les ans. Je travaille, je suis électricien, mais je sais qu'un jour, ça peut s'arrêter. Maintenant, j'aide les personnes qui étaient dans mon cas à travers le collectif « Les Amoureux au Ban Public ». Je les écoute, je les conseille et leur montre qu'ils ne sont pas tout seuls. ”

www.cimade.org | T. 02 51 82 75 66
amoureuxauban.net | T. 06 67 55 32 62

BRETT | GENEPI | 15:23



OLIVIER | GASPROM | 16:32



BERIVAN | RESF | 14:07

Si vous arrivez à Nantes, commencez par là !

Genepi dans les prisons de Nantes

Il ne s'agit pas d'une association portée sur la bouteille mais plutôt sur le droit à l'éducation des détenus. Cause plus noble, vous en conviendrez. En effet, le Groupement Étudiant National d'Enseignement aux Personnes Incarcérées intervient dans les établissements pénitentiaires, pour ne pas dire de gros mots, et offre du soutien scolaire aux prisonniers. Il leur propose aussi des moments plus récréatifs, sous forme d'activités culturelles (musique, jeux de société, revue de presse...). Une belle initiative pour favoriser la future réintégration des personnes incarcérées. Et vous pouvez y participer.

Allo ? 06 75 97 97 75 | www.genepi.fr

Gasprom des hauts et débat

Ni l'interdiction du droit d'hébergement, ni la suspension des aides sociales n'auront eu raison du Groupement Accueil Service Promotion du Travailleur Immigré. Voilà déjà quarante ans que l'association accueille les demandeurs d'asile à Nantes « quelle que soit leur situation administrative ». Avec ou sans papiers. Parallèlement, l'organisation se bat contre toute forme de discrimination (sociale, raciale, sexiste...). Quand la solidarité vole au-dessus des lois.

Allo ? 02 40 47 00 22

Enfants Étrangers, Citoyens Solidaires sans papiers et sans parents ?

Ce collectif, antenne nantaise de Réseau Éducation sans Frontières, qui rassemble des associations locales et des syndicats fait sérieusement parler de lui. Il lutte corps et âme contre l'expulsion de parents d'élèves immigrés à coup de manifs, pétitions, grèves et autres actions de solidarité. Afin qu'enfants et parents ne soient pas séparés ou forcés de quitter la France, le collectif doit tenir bon !

Allo ? 06 72 47 04 33

www.educationsansfrontieres.org

SUZY | LDH | 12:46



MURIEL | EMMAÜS | 16:15



VINCENT | GISTI | 14:02



JEAN-PIERRE | AMNESTY INTERNATIONAL | 11:21



Acteurs de la ville

Ligue des Droits de l'Homme à vos droits, citoyens

L'association « politique et laïque », comme elle se définit, se bat pour garantir des droits aux Hommes et une voix aux Citoyens. Fondée à l'occasion de l'Affaire Dreyfus, la LDH, qui soit dit en passant, n'est pas une organisation humanitaire, sait que la liberté et le respect de chaque personne ne peuvent être séparés de son droit politique. Réveil des consciences au sein même de la République, elle n'a pas peur de titiller là où ça fait mal. Vous pouvez adhérer.

Allo ? 02 51 86 22 39
www.ldh-france.org

Gisti force de loi

Le Groupe d'Information et de Soutien aux Travailleurs Immigrés répond à toutes les questions juridiques que peut se poser un étranger en France. Une brillante idée car trop souvent la confusion règne sur les droits des immigrés et provoque l'exclusion des nouveaux arrivants. L'association propose ainsi des permanences juridiques. Mais les temps sont durs pour les immigrés et leurs supporters, et comme elle le dit elle-même, cette organisation est fragile... Alors, n'hésitez pas à vous investir !

Allo ? 01 43 14 84 84 | www.gisti.org

Emmaüs hiver (54) comme été

Emmaüs ? C'est là que j'ai déniché ces lunettes de soleil trop bath ! Bien sûr, la vente d'objets donnés est l'une des activités de l'association de feu Abbé Pierre. Mais n'oublions pas que de nombreuses autres actions sont menées depuis soixante ans pour lutter contre la misère et l'exclusion. L'accueil et l'insertion des personnes en grande difficulté sont le maître mot de cette organisation humanitaire. Alors, elles viennent d'où déjà, vos lunettes ?

Allo ? 02 40 75 63 36
www.emmaus-France.org

Amnesty International être humain

Vous qui savez que l'océan est fait de gouttes d'eau, vous comprenez sûrement que chaque action menée par Amnesty est un pas en avant pour les libertés individuelles. L'association internationale lutte pour les droits élémentaires de chaque personne à travers le monde ; de la liberté d'expression à la protection contre les discriminations, en passant par le respect des intégrités physiques et morales de tous les individus. ...Il y a du boulot. On vous attend !

Allo ? 02 40 74 34 50 | www.amnesty.fr



Acteurs de la ville

Handisup futur accessible

Il n'y a aucune raison pour que handicap rime avec échec scolaire ou chômage. En théorie ce constat ne souffre aucune contestation, mais en pratique ce n'est pas vraiment la même chose. Handisup milite pour améliorer le niveau de qualification et favoriser l'insertion professionnelle des personnes handicapées. Un vaste combat pour réduire les discriminations, faciliter l'accès à l'enseignement et préparer les jeunes à la vie active. Les bénévoles sont toujours les bienvenus !

Allo ? 02 51 12 52 34 | www.handisup.fr

NAPCE équilibre échange

Ce collectif d'associations est le relais local des Pays de la Loire en ce qui concerne le commerce équitable. Son rôle, sensibiliser tous les publics sur les bienfaits d'une économie plus juste et d'une meilleure répartition des richesses entre le Nord et le Sud. Pour ce faire, NAPCE organise tous les ans « la Quinzaine du commerce équitable », pour la promotion des cultures locales, pour la mise en avant du bénévolat, et tout simplement, pour une plus grande prise de conscience du monde qui nous entoure.

Allo ? 02 40 43 05 00 | www.napce.fr

CNCE touche mon pote

L'Europe, c'est bien, mais le monde ne se limite pas à cette zone ! Avec le CNCE (Conseil Nantais de la Citoyenneté des Étrangers), les étrangers de Nantes (majeurs) originaires des pays hors Union Européenne peuvent enfin s'exprimer. L'objectif est de faire participer tout le monde à la vie locale et plus particulièrement à la politique d'accueil et d'intégration des populations étrangères. Il ne vous reste plus qu'à vous inscrire et à peser dans les assemblées.

Allo ? 02 40 41 65 14

Sel Nantais troc'n'roll

En cette période de crise (si, si ! Vous n'êtes pas au courant ?) il est temps de repenser notre manière de consommer et de capitaliser. L'association Sel Nantais approuve et poursuit sur la voie du bon vieux troc. Échangez un dvd contre un cours d'anglais ou une fringue contre un coup de main pour un déménagement. Ici, tout est comptabilisé en Temps (le nombre de minute que vaut le service) et consigné dans un cahier. Question, ça marche aussi avec l'amour ?

Allo ? 02 40 94 05 14

<http://sel.nantais.free.net>

CNJ

Conseil Nantais de la Jeunesse
23 rue de Strasbourg
T. 02 40 41 31 41
www.cnj.nantes.fr
L2 arrêt : 50 Otages
bus 11, 12, 21, 22, 23 arrêt : Hôtel de Ville

Cimade

Service œcuménique d'entraide
3 rue de l'Amiral Du Chaffault
44100 Nantes
T. 02 40 71 69 73 et 06 79 20 11 17
www.cimade.org
lun et jeu : 17h - 19h
L1 arrêt : Du Chaffault

GENEPI

Groupe Étudiant National d'Enseignement
aux Personnes Incarcérées
Fac de Droit - ch de la Censive du Tertre
T. 06 75 97 97 75
www.genepi.fr
genepi_nantes@hotmail.com
L2 arrêt : Facultés

GISTI

Groupe d'Information et de Soutien des Immigrés
3 villa Marcès, 75011 Paris
T. 01 43 14 84 84
gisti@gisti.org
www.gisti.org
T. 01 43 14 60 66

Collectif Enfants Étrangers Citoyens Solidaires de Nantes

Réseau d'Éducation Sans Frontières
Manufacture des Tabacs - Maison des associations
10 boulevard de Stalingrad
T. 06 72 47 04 33 ou 06 67 20 51 43
<http://enfantsetrangers.hautetfort.com>
les mardis à partir de 18h30

GASprom

Groupe Accueil, Service, Promotion
du travailleur immigré
24 rue Fouré
T. 02 40 47 00 22

- Domiciliation administrative et distribution du courrier : lun et ven : 18h - 20h
- Permanences d'aides juridiques pour toute personne étrangère rencontrant des difficultés administratives : lun et ven : 18h - 20h
- Soutien pour une meilleure pratique de la langue française : horaires à définir

40 ans de solidarité avec les étrangers, de lutte pour l'égalité des droits entre français et étrangers, pour la liberté de circulation, d'installation, pour la fermeture des centres de rétentions... GASprom édite aussi un journal papier bimensuel.

ASAMLA

Association Santé Migrants Loire-Atlantique
49-51 chaussée de la Madeleine
T. 02 40 48 51 99
www.rezocitoyen.org
lun - ven : 9h - 13h / 13h45 - 18h
L2, L3 arrêt : Aimé-Delrieu
L'ASAMLA met à disposition des médiateurs interprètes en langue étrangère pour faciliter la communication entre les populations d'origine étrangère et les services publics, les écoles, les professionnels de santé, les travailleurs sociaux, les associations de quartier.

LDH

4 place de la Manu
T. 02 51 86 22 39
www.ldh-france.org
L1 \ bus 12 arrêt : Manufacture

Amnesty International

4 place de la Manu

T. 02 40 74 34 50

www.amnesty.fr

L1 \ bus 12 arrêt : Manufacture

Antenne Jeune : Corinne

T. 06 21 29 24 57

Emmaüs - SOS familles endettées

7 rue Maurice Sibille

T. 02 40 69 50 58

Emmaüs

rue d'Emmaüs - La Guilloterie

44340 Bouguenais

T. 02 40 75 63 36

<http://emmaus44.free.fr>

mer et ven : 14h - 18h

sam : 9h30 - 12h30 / 14h - 18h

Handisup

36 rue des Landes 44300 Nantes

T. 02 51 83 99 16

www.handisup.fr

lun - ven : 9h - 12h / 14h - 18h

L2 arrêt : Bourgeonnière

CNCE

Conseil Nantais de la Citoyenneté des Etrangers

Ce conseil a pour objectif de coproduire une politique d'accueil et d'intégration en direction des populations d'origine étrangère et de faciliter l'accès de tous aux politiques publiques.

Ville de Nantes

Mission Intégration

T. 02 40 41 65 14

www.nantes.fr

SEL

Système d'Echange Local

17 rue Paul-Bellamy

Permanence : le 2^e dim de chaque mois

T. 02 40 46 20 58 / 02 40 46 29 55

leselnantais44@gmail.com

<http://sel.nantais.free.fr>

NAPCE

Nordsud Agir Pour le Commerce Équitable

Maison des associations

11 rue du Prinquiau

44100 Nantes

T. 02 40 43 05 00

www.napce.fr

mar, mer et jeu : 14h - 17h

ven : 9h - 12h

bus 11, 70 arrêt : Convention

L1 arrêt : Égalité

'AGIR + VEILLEURS DE NUIT

Informé ne nuit pas à la santé ! Tel pourrait être le slogan de l'équipe des « Veilleurs de soirées » composée de professionnels et de bénévoles sillonnant les lieux festifs nantais les jeudi, vendredi et samedi soir. Leur objectif, sensibiliser et échanger avec les étudiants sur leur consommation d'alcool, sans porter de jugement moral. Devenez l'archange des lendemains qui déchantent, rejoignez-les !

ANPAA 44 (Association Nationale de Prévention en Alcoolologie et Addictologie)

06 81 37 09 28 | 02 40 08 08 11

ALL●NANTES 02 40 41 9000
www.nantes.fr



S'OUVRIR AU MONDE

Une idée, un bon plan



Seattle - Nantes : de Nirvana à Tri Yann

About a girl

“ Je suis née à Sumner, un petit village, mais j'étudie à Seattle et là-bas, c'est mon chez-moi ! À l'Université, j'étudie la musique et la littérature françaises. Parallèlement, je fais partie de l'association Nantes-Seattle-Jacksonville (ndlr : les trois villes sont jumelées). Lorsqu'il m'a fallu choisir un stage, je me suis tournée vers Nantes et... Me voilà ! Je suis ici pour soutenir les relations Nantes-Seattle. Par exemple, on organise « la Quinzaine américaine ». Durant une dizaine de jours, le public peut assister à des concerts, des pièces de théâtre, des conférences et des expositions d'artistes issus des trois villes. Nantes a beaucoup de points communs avec Seattle. Ce sont des villes ouvertes à l'international, le climat y est similaire, on est près de la côte (je ne pourrais pas me passer de la mer !). Il y a aussi une vraie conscience politique et une importante scène culturelle. Il y a tellement de choses ici qu'on ne sait pas quoi choisir pour le week-end ! Lorsque je dis que je viens de Seattle, les réactions sont différentes selon les gens. Cela va de « où ça ? » à « génial, c'est la ville de Nirvana ! » ”

L'ÉQUIPE | TAKAPRÈS | 11H19



HEYWOOD | AUTOUR DU MONDE | 17:23



AURÉLIE | MÉTISSE À NANTES | 10:07

Si vous arrivez à Nantes, commencez par là !

Takapès mon quartier c'est le monde

« Rendre le citoyen accueillant et accueilli ! » Cette jolie phrase résume le travail de cette association qui œuvre pour plus de solidarité et d'égalité entre les Hommes. Tisser du lien social, replacer l'individu au centre d'une économie sociale et solidaire, à l'échelle locale comme à l'échelle internationale ! Par le biais d'ateliers (musique, danse...), de rencontres, de projets de développement (Ecosolies...), Takapès transforme l'histoire de chacun en action positive, tout en luttant contre l'exclusion de certains quartiers nantais comme de celle des pays du Sud (Sénégal, Brésil...).

Allo ? 06 77 91 08 02 | <http://takapres.over-blog.com>

Autour du Monde prête-moi ta culture

Association créée en 2002, celle-ci a pour objectif de promouvoir les échanges culturels. Comment ? En organisant des soirées, des débats ou des « journées interculturelles » destinés à favoriser l'intégration des étudiants étrangers, à sensibiliser sur la diversité des cultures présentes à Nantes, tout en invitant les étudiants français à la mobilité internationale. Les cafés polyglottes sont, par exemple, des lieux de rencontre privilégiés, et l'occasion de faire le tour du monde autour d'un verre.

Allo ? 06 76 97 40 75
<http://autourdumonde.asso.fr>

Métisse à Nantes histoire à venir

Cette association combine le passé et l'avenir, l'Histoire et l'actualité, pour une meilleure compréhension de l'autre et pour plus de tolérance. Savoir pour tolérer, comprendre pour accepter les différences. Les projets sont ouverts à tous, qu'il s'agisse des conférences, des ateliers d'échanges, du festival annuel « Histoire d'Avenir » ou encore du projet de construction d'un bateau nommé Fraternité, véritable musée flottant, qui retrace l'histoire du commerce triangulaire.

Allo ? 02 40 94 58 39
<http://histoiredavenir.com.free.fr>

PHILIPPE | LES 3 C | 14:27



PILAR | RENCONTRES DU CINÉMA ESPAGNOL | 11:15



PAULINE | UNIVERCINÉ | 20:08



CÉLINE | COSMOPOLIS | 11:48



Acteurs de la ville

Les 3 Continents cinéma du monde

Organisatrice du festival éponyme, l'association Les 3 Continents travaille tout au long de l'année à la promotion des cinémas du Sud. Elle développe, par exemple, des ateliers de formation à la coproduction internationale, à Nantes et à l'étranger. Elle gère également le Pavillon « Les Cinémas du Monde », vitrine à Cannes des créations de l'Amérique latine, de l'Asie, de l'Afrique... Et bien sûr, en point d'orgue, le Festival des 3 Continents qui a lieu fin novembre et qui a fêté en 2008 son trentième anniversaire.

Allo ? 02 40 69 74 14
www.3continents.com

Univerciné version originelle

Marre d'Hollywood, des blockbusters et des acteurs « bankables » aux sourires éclatants et à la plastique trop... Plastique justement ! Faites un tour au Katorza pour Univerciné ! Les centres culturels allemand, britannique, italien et russe s'y relaient tout au long de l'année pour diffuser leurs productions originelles et originales. Une excellente occasion de découvrir un septième art différent, authentique et surprenant. Du vrai cinéma, en version originale !

Allo ? 02 40 35 39 43
www.katorza.fr

Rencontres du Cinéma Espagnol

Pedro n'est plus seul

Chaque année, au mois de mars, Nantes s'ouvre à la culture et au cinéma hispaniques. Et cette année, le Festival du Cinéma espagnol souffle ses vingt bougies ! Du 17 au 30 mars 2010, ce ne sont pas moins de 60 films inédits qui se succéderont, en V.O. sous-titrée, bien évidemment ! Des fictions, des documentaires, des courts-métrages... Et tout au long de l'année, l'équipe du festival propose des projections et des rencontres-débats autour du 7^{ème} art espagnol.

Allo ? 02 40 20 55 84
www.cinespagnol-nantes.com

Cosmopolis the world is yours

Si l'ouverture est la plus belle des qualités, il lui fallait un lieu incontournable pour la cultiver... Cosmopolis ! Au cœur de la ville, ce pôle de ressources s'intéresse aux actions internationales et à la solidarité. Entre ses murs, l'ouverture sur le monde et le partage des cultures ne sont pas des paroles en l'air. Un véritable espace de projection vidéo et 600m² destinés aux expositions accueillent les assos. (MCM...), les festivals (Univerciné, F3C) et tous ceux qui le souhaitent !

Allo ? 02 51 84 36 70
www.nantes.fr

Jeunes Ambassadeurs

Communauté Urbaine de Nantes
Mission Solidarités et Coopération Internationales
2 cours du Champ de Mars
T. 02 40 99 31 36
L4 arrêt : Cité Internationale des Congrès
bus 24 arrêt : Favre

Association Takaprés

52 rue du Breil
T. 02 53 00 35 61
<http://takapres.over-blog.com>
L3 arrêt : Longchamps
bus 54 arrêt : Petit Carcouët

Autour du Monde

Association des étudiants internationaux
Pôle International - 1^{er} étage
15 chaussée de la Madeleine
T. 06 76 97 40 75
www.autourdumonde.asso.fr
autourdumonde_nantes@yahoo.fr
L2, L3 Arrêt : Hôtel-Dieu

Métisse à Nantes

« festival Histoire d'Avenir »
7 bis rue Jacques-Cartier
T. 02 40 94 58 39
mer : 14h - 17h
www.metisse-a-nantes.org
www.histoiredavenir.com
L2 arrêt : Chêne des Anglais

Les Trois Continents

7 rue de l'Héronnière
T. 02 40 69 74 14
www.3continents.com
festival@3continents.com
bus 11 arrêt : Cambronnet

Rencontres du cinéma espagnol

bureau du festival
17 rue Paul-Bellamy
T. 02 40 20 55 84
www.cinespagnol-nantes.com

Univerciné

Festival du cinéma allemand

C. C. Franco-Allemand de Nantes
1 rue Du Guesclin
T. 02 40 35 39 43
<http://ccfanantes.free.fr>

Festival du film britannique

T. 02 40 14 11 37
www.lettres.univ-nantes.fr

Festival du cinéma russe

T. 02 51 84 90 60
www.kinoglaz.fr
www.katorza.fr

Semaine du cinéma italien

T. 02 40 14 13 06
www.univ-nantes.fr

Cosmopolis

18 rue Scribe - Passage Graslin
T. 02 51 84 36 70
www.nantes.fr
bus 11 arrêt : Graslin

Les Anneaux de la mémoire

Espace international Cosmopolis
18 rue Scribe
T. 02 40 69 68 52
www.lesanneauxdelamemoire.com
bus 11 arrêt : Graslin

CID

Centre Interculturel de Documentation
2 bis bd Léon-Bureau 44200 Nantes
T. 02 40 47 88 36
www.cidoc.org
lun - ven : 9h30 - 12h30 / 14h - 18h30
Bibliothèque : mar, jeu, ven : 14h - 18h30
mer : 10h - 18h30 / sam : 10h - 12h
(sauf vacances scolaires)
L1 arrêt : Chantiers Navals

Forum mondial des Droits de l'Homme

34 rue Fouré
T. 02 51 83 70 10
www.spidh.org
L4 arrêt : Cité des Congrès

Maison des Citoyens du Monde

MCM
8 rue Lekain
T. 02 40 69 40 17
www.maisondescitoyensdumonde.org
bus 11 arrêt : Graslin

Les asso. membres de la MCM

AEC Nantes

Assemblée Européenne des Citoyens
4 rue du Bâtonnier Guinandeau
T. 02 40 73 82 08

ACF

Action contre la Faim
M. et Mme MICLO - 31 rue Bartholdi
44700 Orvault
T. 02 40 63 82 21
www.actioncontrelafaim.org

Les Petits Débrouillards

Siège régional - 12 rue Charles Perron 44100 Nantes
T. 02 40 46 02 49
apdpl@free.fr
<http://lespetitsdebrouillards-paysdelaloire.org>
Antenne de Loire Atlantique
19 rue Jean-Marc Nattier 44100 Nantes
T. 02 40 46 59 54
apdpl.44@free.fr

Bolivia Inti

1 rue Julien Grolleau 44200 Nantes
T. 02 51 86 04 04
courrier@sud-soleil.org
www.boliviainiti-sudsoleil.org

Artisans du Monde

22 rue des Carmélites 44000 Nantes
T. 02 40 89 33 47
www.artisansdumonde.org

Attac 44

Association pour une taxation des transactions
financières pour l'aide aux citoyens
Maison des Associations
10 bis boulevard Stalingrad 44000 Nantes
T. 02 40 14 33 70
attac44-ca@attac.org

AFPS

Association France Palestine Solidarité
Maison des Associations
21 allée Baco 44000 Nantes
T. 02 51 72 01 23
afpsnantes@wanadoo.fr
www.france-palestine.org

PLAQUETTES ÉDITÉES PAR LA VILLE :

- Cosmopolis, espace international

"AGIR + ANNEAUX DE LA MÉMOIRE

L'association a pour but de nous faire quelques piqures de rappel au sujet de l'esclavagisme. Ce n'est pas parce qu'il est aboli depuis plus de 150 ans qu'il ne faut plus en parler, tant cette période de l'histoire reste encore d'actualité. Expositions, conférences, publications et animations du 10 mai (jour de l'abolition), Les Anneaux de la mémoire rafraîchissent la conscience collective de l'ancien port négrier que fut Nantes.

02 40 69 68 52
www.lesanneauxdelamemoire.com

ALL●NANTES 02 40 41 9000
www.nantes.fr



I NVENTER SA VI(LL)E

Une idée, un bon plan



Le CLAP, dis l'heure 2 conseils et financements

Le copilote de vos projets

“ Je fais partie de l'association 2H2O (Hip Hop de l'Ouest) qui a organisé Peace Unity, un évènement hip-hop (concerts, breakdance, graf). Pour ça, nous avons demandé une subvention au CLAP (comité local d'aide aux projets). Il fallait d'abord rédiger un dossier. On a passé du temps sur la formulation pour que le projet corresponde aux attentes du comité. Nous avons réfléchi à ce que pouvait apporter notre évènement, au-delà de notre propre plaisir. Le dossier a donc été axé sur le mélange des publics qu'allait provoquer notre concert. Ensuite, il y a eu l'entretien. On y a présenté notre projet et le jury nous a posé des questions pour voir si notre projet tenait la route, en particulier au niveau de la sécurité. Le jury est composé de gens de terrain qui sont là pour nous encourager, pas pour nous descendre. Résultat : nous avons récupéré 1 300 euros ! La soirée s'est bien passée, on a vendu plus de places que l'on n'espérait. L'ambiance était géniale. Niveau sécurité, il n'y a eu qu'un seul blessé : ma grand-mère, qui s'est foulée la cheville... ”



LAURA | AFEV | 10:28



SARAH | UNIS-CITÉ | 12:02

Si vous arrivez à Nantes, commencez par là !

Atelier des Initiatives bougez-vous !

Comme son nom l'indique, cette association encourage la prise d'initiatives chez les 12-32 ans en Loire-Atlantique. Si vous avez un projet associatif qui vous tient à cœur, elle vous aidera à trouver les financements, à rencontrer les bonnes personnes, à mettre en relief vos idées et vos envies... Et peut-être participerez-vous à System D, le festival qui présente, fin septembre, les actions menées par les jeunes de l'association. Enfin, elle encourage également l'accès à la culture via sa carte de réduction (Carts) qui vous offre des tarifs préférentiels dans de nombreuses salles de spectacle.

58 rue Noire 44000 Nantes

Allo ? 02 51 89 95 47 | www.atelierdesinitiatives.org

Afev

grand frère ou grande sœur

Si vous êtes étudiant, que vous savez que l'accès à l'enseignement supérieur est une chance et que vous souhaitez la partager, l'Afev est faite pour vous. L'association vous mettra en relation avec un jeune élève en primaire ou en collège et vous pourrez l'accompagner dans sa scolarité, et lui proposer des sorties culturelles auxquelles il n'a pas forcément accès. Votre mission ? Qu'il sorte un peu de son quotidien, s'ouvre à de nouveaux horizons et découvre que tout est encore possible dans ce monde !

58 rue Noire 44000 Nantes

Allo ? 02 40 35 68 47 | www.afev.org

Unis-Cité

service utile

Convaincu que chacun peut contribuer à améliorer la vie dans sa ville, Unis-Cité propose à tous les jeunes de 18 à 25 ans, un service civil basé sur la solidarité et l'entraide. Vous participerez concrètement à différentes actions citoyennes en France auprès de structures qui en ont vraiment besoin. Réunis par équipes de huit, vous vivrez une expérience unique d'une durée de six ou de neuf mois. Et en plus, vous percevrez une gratification mensuelle de 600 euros. Engagez-vous !

3 bis place de la Manu 44000 Nantes

Allo ? 02 51 72 38 54

www.uniscite.fr

AIDE AUX PROJETS

Comment financer ses projets ?

CINEMA

PRIX DE LA JEUNESSE

être jury du festival de Cannes !

Vous rêvez d'être jury à Cannes ? C'est possible ! Si vous êtes âgé de 18 à 25 ans, que vous écrivez une lettre de motivation et un texte exprimant votre rapport au cinéma (un nouveau thème imposé chaque année), que vous joignez un CV et une photo, vous ferez peut-être partie du « jury jeunes » lors du prochain festival de Cannes. Un jury de sept membres décernera le « prix jeunesse » à un film choisi parmi deux sélections officielles du festival. Dossiers à retourner avant la fin du mois de mars.

D.R.D.J.S. | Allo ? 02 40 52 44 44

www.drds-jays-de-la-loire.jeunesse-sports.gouv.fr

Le GREC

produit vos courts-métrages

Chaque année, une vingtaine de réalisateurs sont récompensés par le Groupe de Recherches et d'Essais Cinématographiques (le GREC). Des études dans le domaine de l'art ou du cinéma sont fortement recommandées pour l'obtention de la bourse, laquelle peut aller jusqu'à 17 000 euros. Le GREC ne récompense que les réalisateurs de courts-métrages. Groupe de Recherches et d'Essais Cinématographiques.

GREC | Allo ? 01 44 89 99 99

www.grec-info.com

OUVERT SUR LE MONDE

ENVIE D'AGIR

aider les initiatives des jeunes

Ce dispositif a pour ambition d'encourager les initiatives, d'accompagner et de valoriser la capacité créatrice, l'audace et les talents des jeunes âgés de 11 à 30 ans. Il permet de se lancer dans une première expérience à travers un projet collectif ou individuel, de réaliser son rêve au travers d'un projet structuré. Deux programmes sont proposés : « Projets Jeunes » (première initiative à l'échelle du département pour 11-30 ans) et « Défi Jeunes » (centré prioritairement sur des projets à visée professionnelle pour les 18-30 ans).

D.R.D.J.S. | Allo ? 02 40 52 44 44

www.enviedagir.fr

CONCOURS REPORTERS ROULETABILLE

reporters en herbe

Organisé par l'Ecole des Mines Albi-Carmaux, ce concours s'adresse aux 18-26 ans et consiste à réaliser un reportage vidéo n'excédant pas douze minutes. Le dossier est à déposer avant le 27 avril. Les heureux élus (six par an environ) partent réaliser leurs documentaires pendant l'été. L'école fournit le billet d'avion aller-retour et couvre les dépenses du séjour. En revanche, chaque participant doit fournir lui-même le matériel vidéo et financer les frais de montage. Les reportages sont présentés à un jury parrainé par Sylvain Augier (la classe !). Le vainqueur repart l'été suivant pour un reportage hors-concours.

Allo ? 05 63 49 31 40

(Lydie Claverie joignable que mercredi.)

VOYAGE

ZELLIDJA

vivre ses rêves de voyage

Vous avez entre 16 et 21 ans, partir en voyage à l'étranger vous tente, mais vous n'avez pas les moyens, n'hésitez pas à contacter Zellidja ! Une bourse allant jusqu'à 900 euros (pour votre premier voyage) et 1 100 euros (pour l'éventuel second) peut vous être accordée. En contrepartie de ce voyage de minimum un mois, vous devrez tenir un carnet de bord retraçant votre expérience que vous remettrez à l'association, en même temps que votre projet d'étude. Une soixantaine de projets de « premiers voyages » sont retenus chaque année devant une commission spéciale. Obligation de s'inscrire avant le 31 janvier.

Zellidja | Allo ? 01 40 21 75 32

www.zellidja.com

BOURSE DE L'AVEVENTURE

voyage de vos rêves

Une aide financière pour des projets de voyages un peu spéciaux... Comme, par exemple, une traversée de l'Asie Centrale à cheval ou un Delhi-Paris avec une moto indienne ! Dix projets ont été récompensés en 2009 par des bourses allant de 1 000 à 3 500 euros. Votre dossier doit être remis avant le 31 mars et le voyage ne doit pas excéder un an. Enfin, dernières conditions, vous devez avoir 18 ans et être membre de la Guilde Européenne du Raid.

Guilde Européenne du Raid | Allo ? 01 43 26 97 52

www.la-guilde.org

DESTINATION ALLEMAGNE

traversez le Rhin

L'Office Franco-Allemand pour la Jeunesse offre une bourse aux jeunes âgés de 16 à 27 ans, souhaitant partir en Allemagne, dans le cadre d'un projet bien défini. Le voyage doit durer entre deux et quatre semaines. Le montant de la bourse est soit de 150 euros (2-3 semaines) soit de 300 euros (4 semaines). Le projet peut être individuel ou en groupe (4 personnes maximum). À votre retour, vous devrez remettre un rapport détaillé (d'au moins dix pages) de votre voyage à l'OFAJ. Les candidatures sont à déposer au plus tard deux mois avant le départ.

Office Franco-Allemand pour la jeunesse

www.ofaj.org

CULTURE OU HUMAINITAIRE

CULTURE ACTIONS

épauler les projets étudiants

Le but est de co-financer vos projets culturels ou humanitaires. Thèmes possibles : théâtre, manifestation sportive, musique, création multimédia, danse, expositions, écriture, animation de campus, cinéma, action humanitaire. Le service Culture Actions du Crous vous conseillera à toutes les étapes du montage de votre projet. Dossiers à retourner avant le 15 janvier.

CROUS Culture Actions | Allo ? 02 40 37 13 13

www.crous-nantes.fr

AIDE AUX PROJETS

CULTURE, ENVIRONNEMENT, HUMANITAIRE...

BOURSES DECILCS JEUNES réaliser sa vocation

Les bourses « Déclics Jeunes » de la Fondation de France aident des jeunes âgés de 18 à 30 ans à réaliser leur vocation dans les domaines les plus divers (art, artisanat, culture, sciences, techniques, action sociale, humanitaire, environnement...). le montant actuel de chaque bourse est de 7 600 euros. La Fondation de France offre, à côté des bourses déclics jeunes, de nombreuses autres subventions, réservées aux associations. Les actions soutenues sont diverses, elles peuvent aussi bien avoir un but de recherche médicale, environnementale que culturelle...

Fondation de France | Allo ? 02 51 83 20 70
www.fdf.org

FONDATION NICOLAS HULOT vivez vos projets verts

Les « coups de pouce » soutiennent les initiatives d'éducation à l'environnement se déroulant sur le territoire français. Les dotations sont comprises entre 100 et 1 000 euros. Les « Bourses » quant à elles soutiennent des projets qui doivent inciter un maximum de personnes à agir en faveur de l'environnement. Elles s'échelonnent entre 1 000 et 10 000 euros. Deux dates limites de dépôt de dossier, le 31 mars et le 15 octobre. Ces deux types de projets ont des thématiques imposées, elles doivent également être menées dans le cadre d'une structure. Il ne vous reste plus qu'à monter une asso. !

Fondation Nivolas Hulot | Allo ? 01 41 22 10 70
www.fondation-nicolas-hulot.org

EUROPE

JEUNESSE EN ACTION Financer des projets

Ce programme s'adresse aux 13-30 ans et concerne 31 pays européens et plus de 20 pays « partenaires ». Riche en possibilités (Jeunesse pour l'Europe, Service Volontaire Européen, Jeunesse dans le monde, les mesures de soutien à la jeunesse, Soutien à la coopération européenne dans le domaine de la jeunesse), il favorise donc les rencontres de groupes, l'envoi et l'accueil de jeunes volontaires dans différents pays européens et aide les jeunes à réaliser leurs projets collectifs. Chaque aide peut s'élever jusqu'à 10 000 euros.

C.R.I.J. | Allo ? 02 51 72 94 50
www.infos-jeunes.fr et www.injep.fr

MUSIQUES ET DANSES

JEUNE CREATION accompagner la danse, soutenir la musique contemporaine !

La Caisse des dépôts examine chaque année de nombreux dossiers (à télécharger via leur site Internet) ayant pour thème les danses urbaines issues du mouvement hip-hop ou la musique contemporaine. Les comités de mécénat (national) chargés de sélectionner les projets se réunissent trois fois par an (mars, juin et octobre pour l'année 2009) ; les dossiers sont à envoyer six semaines avant la réunion. Attention ! : seules les associations peuvent toucher ces aides à la création !

Caisse des dépôts | Allo ? 02 41 20 23 66
www.caissedesdepots.fr

Comment financer ses projets avec la Ville ?

LA BOURSE OU LA VILLE

La Ville de Nantes propose de soutenir et d'accompagner les initiatives et projets des 16-25 ans avec un dispositif unique : le CLAP. Tout jeune peut s'adresser au CLAP pour réaliser un projet individuel ou collectif. Le CLAP développe une ingénierie spécifique aux projets des jeunes qui s'appuie sur un réseau de compétences et d'expertises locales. L'occasion pour tous de rencontrer les bonnes personnes au bon moment.

CLAP = Comité Local d'Aide aux Projets des jeunes
AlloNantes : 02 40 41 9000
clapjeunesse@mairie-nantes.fr

Le CLAP Cultures, sports et citoyenneté

Il s'agit de projets pluridisciplinaires tournés vers les autres ou vers la ville de Nantes et qui englobent des pans très larges de la « culture jeune ».

Le CLAP villes jumelles et partenaires

Une bourse ouverte aux projets étudiants à destination des villes jumelles et partenaires de Nantes.

-> Les projets, individuels ou collectifs, s'inscrivent dans le cadre d'études supérieures, de stages professionnels, de programmes de recherches et de voyages d'études.

Clap Villes jumelles et partenaires | 02 51 89 73 31

Le CLAP mobilité étudiante

Ouvertes à tous les étudiants inscrits dans un établissement d'enseignement supérieur nantais, ces bourses sont accordées pour des projets dont la durée est inférieure ou égale à 3 mois.

Direction Enfance Jeunesse | 02 40 41 31 44

Le CLAP

Échanges solidaires internationaux

-> L'idée ? Inciter et encourager les projets d'aide humanitaire internationale élaborés par des jeunes de 16 à 25 ans dans le cadre d'un projet collectif. Le responsable doit être majeur.

Clap Coopération internationale | 02 51 89 73 31

NANTES AIDE LA CREATION : LA VIE D'ARTISTE

Il s'agit d'un dispositif d'aides aux artistes de la ville de Nantes. Chaque année, trois plasticiens sont choisis par un jury de professionnels et bénéficient, sur deux ans, d'une bourse de 4 574 euros ainsi que de la mise à disposition d'un atelier à l'entrepôt Delrue. L'école régionale des beaux-arts de Nantes (ERBAN) met également à leur disposition dix ateliers techniques équipés (gravure, lithographie, offset, sérigraphie, traceur, vidéo, photographie, informatique, son, bois, métal) ainsi que les moyens de communication de l'école. Pour ces trois lauréats, les prêts à la bibliothèque de l'ERBAN sont gratuits. Des visites de leurs ateliers peuvent aussi être organisées, à l'occasion de la venue de personnalités. L'année suivant l'attribution du prix, les lauréats disposeront de l'Atelier, nouvel espace d'exposition de la Ville. Ils pourront y présenter les œuvres de leur choix. La Ville prend en charge l'ensemble des frais de communication et de vernissage.

T. 02 40 41 90 00

www.nantes.fr/culture/actualites-culturelles/les-archives-culturelles-2008/nantes-aide-la-creation-et-les-jeunes-createurs-en-2008.html





Parc de Procé, la main au panier

Les Nantais savent sauter

“ J’ai joué au basket à Cholet en tant que joueur et entraîneur pendant un an. Il y a neuf ans, j’ai déménagé à Nantes pour le cadre de vie. Ici, c’est plus cool, on prend plus le temps de vivre. Je viens des îles, ça me correspond plus. Aujourd’hui, je ne vis plus du sport, mais je pratique au parc de Procé au moins trois ou quatre fois par semaine. Je fais du basket depuis que j’ai sept ans, je ne pourrais pas m’en passer. En semaine, je fais quelques shoots tout seul car il n’y a pas grand monde. Le week-end, ça joue ! Il y a différents plateaux sur le terrain. Là où je joue, le niveau est haut parce qu’il y a plein de pros. Nantes est un vrai vivier de joueurs. L’endroit est ouvert à tous ceux qui veulent être là, il y a aussi d’autres plateaux où le jeu est beaucoup plus tranquille. Ce qui réunit tout le monde, c’est l’amour du basket et le fun. Je n’ai jamais vu d’altercation. Ceux qui ne sont pas là pour les bonnes raisons ne restent pas longtemps. Je me suis fait de vrais amis ici. C’est comme une deuxième famille. ”



MANON | BROCANTE PLACE VIARME | 10:37



PEGGY | PLAGE DES CHANTIERS | 13:45



EMMANUEL | CINÉMATOGRAPHE | 19:45

Si vous arrivez à Nantes, commencez par là !

Brocante du Samedi saturday morning fever

Tous les samedis matin, la fièvre de la brocante s'abat sur la place Viarme. Depuis 1752, ce lieu a bien changé. Dorénavant, l'ancienne place des Agriculteurs est « the place to be » pour les mordus d'objets anciens et d'antiquités. Montres à gousset (si si, ça va revenir !), livres, meubles, disques, bijoux, jouets, etc., il y a de grandes chances pour que vous y trouviez votre bonheur, avec pas moins de quatre-vingt-dix exposants... Dorénavant, vous ne sortirez plus le vendredi soir, de peur de rater *the occas'*. En espérant vous avoir mis les puces à l'oreille.

Allo ? 02 40 41 90 00 | L3 arrêt : Viarme-Talensac

Jardins des Chantiers squat my beach up !

Nantes est près de la plage, certes, mais comment faire lorsque l'on n'a qu'une heure de libre et une folle envie de bronzer ? Une réponse : l'esplanade. Située sur l'île de Nantes (juste à côté des Machines de l'île), cette plage artificielle fera amplement l'affaire, en attendant le week-end. Vous pourrez donc vous balader torse nu sans risquer la prison et vous prélasser au soleil sur les transats mis à disposition. Il y aura même du sable, histoire d'en avoir dans les chaussettes en rentrant.

Cinématographe séances de rattrapage

Marre d'être largué-e lors des discussions cinéma entre amis ? Le Cinématographe va vous remettre à flot. Tous les mois, il vous propose des cycles à thèmes, des cours de cinéma et des rencontres. C'est aussi l'occasion de (re)voir des films incontournables sur grand écran sans se ruiner. Contrairement à certains, vous pourrez maintenant parler des grands classiques en les ayant vus. Et avec un peu de chance, vous saurez enfin qui est cette satanée Rosebud !

Allo ? 02 40 47 94 80

www.lecinematographe.com

CONSTANCE & JORDANE | ÎLE FEYDEAU | 16:32



JÉRÉMIE | JARDIN JAPONAIS | 11:32



ALEXIS | GRAND BLOTTEREAU | 13:46



STÉVEN | PROCÉ | 15:46



Acteurs de la ville

Pelouses de l'île Feydeau

garden party

Coincées entre l'allée Turenne et le boulevard Jean-Philippot, de belles pelouses s'étendent sur environ 500 mètres en face de l'hôpital Hôtel-Dieu. Représentant l'ancien passage de la Loire, ces étendues de gazon sont un lieu privilégié par les jeunes nantais dès que le soleil pointe le bout de son nez. Elles sont parfaites pour une sieste crapuleuse ou un déjeuner ensoleillé en plein centre ville. À consommer sans modération !

www.nantes.fr/detente/parcs-et-jardins

Parc du Grand Blottereau

expédition tropicale

Pas moins de 37 hectares qui invitent le promeneur à se familiariser avec la flore des régions chaudes du globe... Vous découvrirez ainsi au fil de votre balade, la rocaïlle méditerranéenne, la bananeraie, les eaux stagnantes du bayou américain ou encore les nombreuses serres d'agronomie tropicale abritant caféiers, cacaoyers, jasmins et autres tecks ou ébènes. Enfin, le Grand Blottereau c'est aussi le plus grand jardin coréen d'Europe. Un véritable voyage botanique !

www.nantes.fr/detente/parcs-et-jardins

Jardin Japonais

zen parc

Un appel au dépaysement et à l'exotisme à 5 minutes du centre de Nantes... Ce jardin situé sur l'île de Versailles, au bord de l'Erdre, a été aménagé dans les années 80 en s'inspirant du style japonais. Et c'est une véritable réussite, un des coins les plus romantiques et les plus agréables de la ville. Un paysage structuré par les rocaïles, les cascades et les végétaux exotiques, une maison conçue comme un pavillon de thé, abritant des aquariums... Charme et sérénité !

www.nantes.fr/detente/parcs-et-jardins

Parc de Procé

faites entrer la quiétude

Ce grand espace vert de 12 hectares est situé dans la partie nord-ouest de la ville. Ses grandes pelouses et son parcours vallonné, où serpente le cours d'eau de la Chézine, lui donnent un charme *so british* similaire aux parcs londoniens. Les massifs de camélias, d'azalées ou de dahlias accentuent son caractère et colorent vos balades. Lieu privilégié pour lire à l'ombre d'un chêne centenaire, se promener, ou simplement s'allonger sur une pelouse... À découvrir !

www.nantes.fr/detente/parcs-et-jardins

EXPLORATION

Brocante du samedi

place Viarme
sam : 7h30 - 13h30
L3 arrêt : Viarme

Brocante du livre

tous les mardis, place de la Bourse
(derrière la FNAC)

Marché aux livres du Bouffay

tous les mardis, place du Bouffay
de 13h à 19h

Cinématographe

1 salle (v.o.)
12 bis rue des Carmélites
T. 02 40 47 94 80
www.lecinematographe.com
L1 arrêt : Bouffay

Maison des jeux

14 rue Michel-Rocher 44200 Nantes
T. 02 40 35 75 67
mdjn44.free.fr
mar - sam : 14h - 18h
mar et ven : 20h - 22h
L2, L3 / bus 58 arrêt : Vincent-Gâche

Maison de la Poésie

2 rue des Carmes
T. 02 40 69 22 32
maisondelapoesie-nantes.com
lun - ven : sur rendez-vous
mer : 14h - 18h (bibliothèque)
L1, L2, L3 arrêt : Commerce

Jardins des chantiers

boulevard de la Prairie aux Ducs
44200 Nantes
L1 arrêt : Chantiers-Navals

Galerie des Machines

Les Machines de l'île - Les Chantiers
boulevard Léon-Bureau 44200 Nantes
T. 0 810 12 12 25 (n° azur)
www.lesmachines-nantes.fr
L1 arrêt : Chantiers-navals

Planétarium

8 rue des Acadiens
T. 02 40 73 99 23
www.nantes.fr
lun - ven : spectacles à 10h30, 14h15
et 15h45 / dim : 15h et 16h30
tarifs : 2,50 et 5 euros
L1 arrêt : Gare-Maritime
bus 21 arrêt : Charles-Lechat

Petit Port

bowling et billards
boulevard du Petit Port 44300 Nantes
T. 02 40 74 10 50
www.nge-nantes.fr
lun - ven : 14h - 21h
bowling : de 2,50 à 3,40 euros
billards : de 6 à 8,50 euros par heure
L2 arrêt : Morrhonnière-Petit Port
bus 25, 51 arrêt : Facultés

Minigolf

Camping du Petit Port 44300 Nantes
T. 02 40 74 47 94
3 euros d'octobre à mai
4,50 euros de juin à septembre
L2 arrêt : Morrhonnière-Petit Port
bus 25, 51 arrêt : Facultés

Patinoire

boulevard du Petit Port 44300 Nantes
T. 02 40 74 01 77
mar - ven (soir) : 4,50 euros pour étudiants
et chômeurs (patins fournis)
L2 arrêt : Morrhonnière-Petit Port
bus 25, 51 arrêt : Facultés

Golf Nantes Erdre

chemin du Bout des Landes 44300 Nantes

T. 02 40 59 21 21

www.nge-nantes.fr

cours collectifs : 90 euros les 8h

bus 32 terminus : Bout des Landes

L2 arrêt : René-Cassin

Base nautique municipale

quai de la Jonelière

44240 La Chapelle-sur-Erdre

T. 02 40 74 66 14

Étudiants nantais : 71 euros les 12 séances de dériveur. 88 euros pour non-nantais.

bus 51 arrêt : Jonelière

L'ART AUTREMENT

Le Ring

Espace Jacques-Demy

24 quai de la Fosse

T. 02 40 73 12 78

www.le-ring.com

L1 arrêt : Médiathèque

espace d'emprunt d'oeuvres contemporaines, lieu d'exposition, relais éducatif.

Le Rayon vert

La Cure

1 rue Sainte-Marthe

44100 Nantes

T. 09 51 70 88 33 / 02 40 71 88 27

bus 21 arrêt : Charles-Lechat

Galerie Confluence

13-14 quai de Versailles

T. 02 40 72 02 87 / 06 31 04 42 81

L2 arrêt : Saint-Mihel

Espace Delrue

49 chaussée de la Madeleine

L2, L3 arrêt : Aimé-Delrue

L'Atelier

Lieu d'exposition municipal

1 rue de Châteaubriand

T. 02 51 72 87 32

Le Temple du goût

Lieu d'exposition municipal

30 rue Kervégan

T. 02 40 47 46 44

Galerie Mélanie Rio

34 boulevard Guist'hau

T. 02 40 89 20 40

www.rgalerie.com

L'Atelier A

Galerie de photo contemporaine

6 rue des Carmélites

T. 06 66 87 32 62

www.photoatelier-a.com

MUSÉES

www.nantes.fr/culture/musees

Vous n'y avez jamais mis les pieds ? Pas grave, il faut bien commencer. Car, en plus de l'incontournable Château des Ducs de Bretagne, il vous reste d'autres possibilités tant les choix sont variés pour briller en société. Les musées sont gratuits le 1^{er} dim du mois.

Musée Jules Verne

3 rue de l'Hermitage

T. 02 40 69 72 52

www.nantes.fr/julesverne

lun - dim : 10 - 12h / 14 - 18h

fermé : mar, dim matin et jours fériés

tarifs : 1,50 euros et 3 euros

gratuit sur justificatif pour les -18 ans, demandeurs d'emploi, handicapés, etc.

bus 21 arrêt : Charles-Lechat

Château des Ducs de Bretagne

4 place Marc-Elder

T. 0 811 46 46 44

www.chateau-nantes.fr

Cour et remparts : 10h - 19h gratuit

tous les jours sauf jours fériés

Musée d'Histoire de Nantes

10h - 18h. Fermé : lun

tarifs : 3 euros et 5 euros

Gratuit : - de 18 ans, demandeurs d'emploi, handicapés

L1, L4 arrêt : Duchesse-Anne

bus 24, 56 arrêt : Monteil

Musée des Beaux-Arts

10 rue Georges-Clemenceau

T. 02 51 17 45 00

lun - dim : 10h - 18h / jeu jusqu'à 20h

fermé : mar et jours fériés

tarif : 3,50 euros.

Gratuit : - 18 ans, demandeurs d'emploi, handicapés.

Tarif réduit : 2 euros pour les 18 - 25 ans tous les jours. Gratuit pour tous : 1^{er} dim du mois + nocturne à partir de 18h.

L1, L4 arrêt : Duchesse-Anne - Château

Musée Dobrée

18 rue Voltaire

T. 02 40 71 03 50

www.culture.cg44.fr

bus 11 arrêt : Jean V

Archéologie, Moyen-Âge, arts décoratifs

en travaux/réouverture en 2011

PARCS ET JARDINS

Un seul horaire pour les parcs

hiver : 8h30 - 17h30

printemps + automne : 8h30 - 18h30

été : 8h30 - 20h

Pelouse de l'Île Feydeau

Jolie pelouse autorisée

allée de Turenne

L1, L2, L3 arrêt : Commerce

Île de Versailles (Jardin japonais) (1,7 ha)

location de canoë-kayak chez Contre Courant

T. 06 62 28 60 48

fermé lun sauf fériés

tarif étudiant : 4 euros/h ; plein : 5 euros/h

L2 arrêt : Saint-Mihiel

Parc du Grand Blottereau (37 ha)

Jardins coréen et américain

On a même le droit de s'allonger sur l'herbe !

bd Auguste-Peneau 44300 Nantes

bus 12 arrêt : Grand Blottereau

bus 58, 70 arrêt : Bd de Doulon

bus 75, 82, 92 arrêt : Perrines

Parc de la Chanterrie (18 ha)

Un vallon fleuri éclairé par deux bassins

bus 72, 76 arrêt : Roseraie

Parc de la Beaujoire (14 ha)

route de St-Joseph 44300 Nantes

bus 22, 72 arrêt : Beaujoire

Parc de la Gaudinière (12,5 ha)

Ce parc romantique s'anime autour de cascades

et d'une superbe pièce d'eau

carrefour Patouilleries - Robert-Schuman

44300 Nantes

bus 12, 25, 96 arrêt : Bois Saint-Louis

Parc de Procé et terrain de basket (12 ha)

Pour les amoureux et les enfants de tout âge

rue des Dervallières, bd des Anglais

44100 Nantes

bus 22, 56 arrêt : Procé

Jardin des plantes (7 ha)

En son sein, l'Orangerie accueille des expos

place Charles-Leroux

L1 \ bus 12 arrêt : gare SNCF

Jardin des 5 Sens (0,57 ha)

rue Célestin-Freinet, rue Gaétan-Rondeau

44200 Nantes

bus 24, 52, 58 arrêt : Rondeau

Cimetière paysager (15 ha)

Vivre curieux sans nuire au recueillement du lieu
rond-point Jean-Moulin 44300 Nantes
bus 32 arrêt : Bout des Landes

BIBLIOTHÈQUES

www.bm.nantes.fr

Si vous aimez lire, 9 bibliothèques dont un fonds dédié à Jules Verne (l'enfant du pays) vous permettront d'accéder à toutes les nouveautés pour pas trop cher. Vous préférez l'ordinateur ? Pas de problème ! Le catalogue des bibliothèques est aussi accessible sur le web. Il existe 2 passeports pour emprunter livres, CD, DVD (de 2,3 euros à 27,5 euros jusqu'à 26 ans, c'est gratuit pour les - 18 ans)... dans toutes les bibliothèques. La consultation est libre et gratuite. Bornes Internet à disposition. Pour obtenir un passeport vous devez fournir :

- une pièce d'identité en cours de validité
- un justificatif de domicile
- une autorisation parentale (moins de 18 ans)
- pièce justificative en cours de validité pour le tarif préférentiel (demandeurs d'emploi, handicapés...)

Médiathèque Jacques-Demy

(Également CD audio, DVD)
24 quai de la Fosse
T. 02 40 41 95 95
L1 arrêt : Médiathèque

Médiathèque Floresca-Guépin

(Également CD audio, DVD)
15 rue de la Haluchère 44300 Nantes
T. 02 40 93 41 60
L1 arrêt : Souillarderie
bus 48, 71 arrêt : Campanules
Contenus spécifiques pour handicapés
(documents pour malvoyants et malentendants)

Médiathèque Luce-Courville

(Également CD audio, DVD)
1 rue Eugène-Thomas 44300 Nantes
T. 02 40 16 05 50
L2 / bus 32, 96 arrêt : Chêne des Anglais

Breil-Malville

37 bis av des Plantes 44100 Nantes
T. 02 40 76 06 66
L3 arrêt : Longchamp
bus 25, 54 arrêt : Grand-Carcouët

La Halvêque

23 rue Léon-Serpollet 44300 Nantes
T. 02 40 50 62 64
L1 arrêt : Halvêque
bus 95 arrêt : Malraux

Chantenay

8 rue de la Constitution 44100 Nantes
T. 02 40 46 26 96
L1 arrêt : Egalité
bus 11, 70 arrêt : Mairie de Chantenay

Manufacture

(Également CD audio, DVD)
6 cours Jules-Durand
T. 02 40 41 95 65
L1 / bus 12 arrêt : Manufacture

Bibliothèque du Musée Jules Verne

3 rue de l'Hermitage 44100 Nantes
T. 02 40 69 72 52
Entrée payante (18 - 26 ans : 1,5 euros)
L1 arrêt : Gare-Maritime
bus 21 arrêt : Garennes

Bibliothèques associées :

Bibliothèque de l'ERBAN

(École régionale des Beaux-Arts)
13 rue de Briord
T. 02 40 35 90 29
L1 arrêt : Bouffay
bus 11, 12, 21, 22, 23 arrêt : Hôtel de Ville
Fermeture de la mi-juillet à la mi-août

Bibliothèque du Conservatoire de Nantes

4 rue Gaëtan-Rondeau 44200 Nantes

T. 02 51 25 00 20

bus 24, 52 arrêt : Rondeau

spécialisée en musique (prêt de partitions...)

Bibliothèque de la Maison de la Poésie

2 rue des Carmes

T. 02 40 69 22 32

www.maisondelapoesie-nantes.com

mer : 14h - 18h / lun au ven, sur rdv

L2 arrêt : place du Cirque

L1, L3 arrêt : Commerce

Bibliothèques universitaires

On oublie trop souvent que les B.U. sont ouvertes à toutes et tous et pas exclusivement aux étudiants. Tout le monde peut ainsi profiter de leurs services (consultation, prêt, accès Internet...) et de leurs fonds encyclopédiques, dont les collections sont réparties en quatre grands domaines documentaires, correspondant chacun à un site particulier : Lettres Sciences humaines, Sciences, Santé, Droit-Sciences Économiques, Technologies.

www.univ-nantes.fr

T. 02 40 14 12 30

BON PLAN !

Initié par la Région des Pays de la Loire, le Pass Culture Sport (8 euros) permet aux lycéens et apprentis, ainsi qu'à tous les jeunes de 15 à 19 ans révolus, de bénéficier d'entrées gratuites et de réductions dans les domaines du cinéma, spectacle, patrimoine, livre, pratique sportive et artistique, engagement citoyen et événements sportifs.

www.passculturesport.com

PLAQUETTES OU GUIDES ÉDITÉS PAR LA VILLE

- L'Atelier, espace d'exposition
- Musée des beaux-arts
- Château des Ducs de Bretagne
- Musée Jules Verne
- Mardis Muséum, les rendez-vous de la science
- Muséum d'histoire naturelle de Nantes
- Le Planétarium
- Machines de l'île
- B I M, bibliothèque municipale de Nantes
- Passeport pour un réseau, Nantes Bibliothèques (horaires)
- Éducation et pratiques artistiques pour tous (à l'ERBAN)
- L'Heure musicale du jeudi (Conservatoire)
- Parcs et jardins de Nantes
- Le Parc de Procé
- Le Jardin des Plantes
- La Nature en ville
- L'Arbre à Nantes

AGIR + ARDEPA

Nantes est une belle ville, certes, et elle est aussi chargée en histoires. Pour le découvrir, l'association Ardepa vous propose des visites urbaines accompagnées. Durant ces balades, des urbanistes, des architectes ou des historiens vous racontent l'histoire ou le contexte des projets urbains visités. Cette année, le thème de ces expéditions est... la crise ! Profitez-en, c'est gratuit (sur inscription) !

02 40 59 04 59

<http://lardepa.canalblog.com>

ALL●NANTES 02 40 41 9000
www.nantes.fr

AGENDA INTERVIEWS CHRONIQUES



**TOUTE L'INFO
EST DANS
PULSO !**

MENSUEL GRATUIT
NANTES ET LA RÉGION

WWW.PULSOMATIC.COM



SORTIR LA NUIT

Une idée, un bon plan



Le Ferrailleur, le bar qui dérouille

Du rock à gogo

“ Avec Thomas (le co-gérant du Ferrailleur), on organisait des concerts à Nantes avec l'association Articulture. On se disait qu'un jour, on aurait un lieu à nous. Après que l'ancien programmeur soit parti, il m'a appelé et je me suis occupé de la prog. On laisse les associations investir le lieu, elles le louent et on leur fournit une scène, une sono, des lumières, des loges. Je m'octroie quand même un regard sur la prog. C'est ouvert à différents styles, mais la dominante reste le rock. Le lieu a une identité, on ne peut pas faire n'importe quoi. On aurait pu accueillir des artistes de chanson assez connus, mais on ne l'a pas fait, ce n'est pas notre marque de fabrique. Pour la prog., je m'appuie aussi sur d'autres personnes. Nos soirées métal et hardcore sont programmées par des spécialistes. On peut accueillir trois cents personnes dans le Ferrailleur. On se situe entre le café concerts et des salles comme l'Olympic. Ça nous permet d'avoir des groupes plus importants comme La Ruda ou Converge. Le but, c'est de bien accueillir les artistes, qu'ils jouent dans de bonnes conditions et qu'ils repartent avec le sourire. ”

T . 02 51 82 86 41 | Hangar à Bananes | www.myspace.com/leferrailleur



BENJAMIN | PÔLE ÉTUDIANT | 23:13



PIERRE-LOUIS | OLYMPIC | 19:58



CHARLOTTE | LU | 21:07

Si vous arrivez à Nantes, commencez par là !

Pôle Étudiant scène libre

Espace d'expression et de vie associative, le pôle étudiant est un lieu incontournable de la vie universitaire. Une salle de 700m² équipée en son, vidéo et lumière, idéale pour les concerts, projections cinématographiques, expositions, débats... Les événements organisés sont ouverts à tous et sont systématiquement gratuits. La programmation est variée et met en scène les différentes associations étudiantes, mais également des artistes extérieurs. De quoi enflammer vos soirées, rencontrer, partager, le tout sans dépenser un euro. Le bon plan sortie par excellence !

Allo ? 02 72 64 04 42

www.univ-nantes.fr

Olympic entretenez la flamme

Scène nantaise mythique dédiée aux musiques actuelles, l'Olympic accueille chaque année une centaine de concerts, ainsi que le festival Scopitone, qui a lieu courant septembre et qui est dédié aux arts numériques et aux musiques électroniques. Avec ses 800 places et son grand bar, l'Olympic s'est imposé comme l'une des scènes les plus renommées de Nantes. Pour preuve, Ghinzu, EPMD, Fordamage, Cold War Kids ou encore les Puppetmastaz s'y sont produits récemment. Incontournable.

Allo ? 02 51 80 60 80

www.olympic.asso.fr

Lieu Unique transpire la culture

Ancien site des usines LU, le lieu unique est désormais *The place to be* culturellement parlant. Expositions, théâtre, musique, danse mais aussi bar, restaurant, librairie et... Hammam. Le LU, c'est le lieu atypique par excellence qui, de jour comme de nuit, saura vous surprendre et vous faire oublier l'adage selon lequel la curiosité est un vilain défaut. Fondante comme un petit-beurre, craquante comme une paille d'or, la programmation percutante et résolument contemporaine achèvera de vous convaincre.

Allo ? 02 40 12 14 34

www.lielieuunique.com

MARINE | LE GRAND T | 21:05



SIMON | THÉÂTRE GRASLIN | 15:32



ÉMILIE | T.U. | 20:17



PHILIPPE | TNT | 21:07



Acteurs de la ville

Grand T comme talentueux

Une salle de 800 places, 300 représentations par an, le Grand T c'est tout simplement la plus grosse activité théâtrale du département. Qu'il soit classique ou contemporain, le théâtre est bien sûr à l'honneur. Mais, la musique et la danse trouvent également leur place. Tout comme le cinéma, avec l'organisation, de la très insomniaque « Longue nuit du court ». Bref, de belles soirées en perspectives et des tarifs de 5 et 10 euros pour les étudiants. Enfin, l'A-R avec la Tan est gratuit sur présentation de votre billet.

Allo ? 02 51 88 25 25 | www.legrandt.fr

T. U. ça planche à la fac !

Un théâtre ouvert à tous au cœur du campus ! Le Théâtre Universitaire vous propose une programmation professionnelle, orientée vers les jeunes créateurs. Mais c'est aussi le lieu référence de la création étudiante avec l'organisation chaque printemps, du Festival Universitaire qui met en scène une cinquantaine de projets à la tonalité artistique très hétérogène. Enfin, des formations sont également à la disposition des étudiants, pour que eux aussi puissent monter sur les planches...

Allo ? 02 40 14 55 14 | www.tunantes.fr

Opéra Graslin de la vie au théâtre

Impossible de passer à côté. Ce théâtre majestueux qui se dresse place Graslin, en plein cœur de la ville, est l'un des symboles du rayonnement de la culture nantaise. Au programme, de l'opéra bien sûr, des récitals, du théâtre mais également toute une série de concerts allant du classique au contemporain. Et contrairement aux idées reçues, la culture n'est pas réservée aux bourses pleines. Vous avez moins de 25 ans, Graslin vous ouvre ses portes à partir de 5 euros...

Allo ? 02 40 69 77 18
www.angers-nantes-opera.com

TNT met le feu aux planches

En dix ans d'activité, le Terrain Neutre Théâtre (TNT) est devenue « petit » lieu incontournable du spectacle vivant nantais. En plein centre de Nantes, le théâtre de cinquante places vous propose une programmation éclectique pour des tarifs franchement abordables (de 6 à 13 euros). Chanson, slam, théâtre, humour, conte, la salle ne limite pas à un genre. L'essentiel réside dans la découverte de talents, qu'ils soient locaux ou non.

Allo ? 02 40 12 12 28
www.tntheatre.com



ERWAN | SCÈNE MICHELET | 18:46



FRÉDÉRIC | PANNONICA | 20:17



MAGALIE | BOUCHE D'AIR | 18:46



CASSANDRE | SPOUTNIK BAR | 21:36

Acteurs de la ville

Scène Michelet

rookie of the year

Située au cœur du quartier universitaire, la scène Michelet vous ouvre ses portes. Oscillant entre artistes locaux confirmés et têtes d'affiches, sa programmation fait la part belle aux musiques actuelles amplifiées (comme on dit...). À venir, Guerilla Poubelle, Justin(e) ou encore Didier Super... Un bar, une terrasse, un Dj, complètent le tableau et vous accompagnent avant et après les concerts. Les tarifs, franchement abordables, ne vous empêcheront pas de découvrir toutes ces scènes montantes.

Allo ? 02 40 74 13 13

www.myspace.com/scenemichelet

Bouche d'Air

inspirée expirez

En plein cœur de la ville, l'association la Bouche d'Air vous accueille à la découverte des musiques actuelles dans la salle Paul Fort. Vos oreilles se délecteront de la fine fleur de la chanson contemporaine, alternance entre découvertes, artistes confirmés et musiques du monde. Cette année, Debout sur le Zinc, Batlik ou encore Afel Bocoum se succéderont pour votre plus grand plaisir. Enfin, côté porte-monnaie, les tarifs oscillent entre 13 et 25 euros.

Allo ? 02 51 72 10 10

www.labouchedair.com

Pannonica

ça va jazzer

C'est la scène nantaise incontournable si vous aimez le jazz et les musiques improvisées. Une ambiance feutrée, un lieu sobre, une centaine de concerts par an, et un triptyque thématique organisé pendant l'année, dont le premier volet, (((écho))), sera consacré aux batteurs... Tout cela dans une ambiance « club » qui vous offre un rapport privilégié avec les artistes. Gangbé Brass Band, L'Enfance Rouge ou encore Octurn & Magic Malik s'y produiront prochainement. À voir !

Allo ? 02 40 48 74 74

www.pannonica.com

Spoutnik

rock the vodka

Le bar Le Spoutnik ne fait rien comme tout le monde. Jugez plutôt : il programme du rock indépendant dans son bar ! Si, si, une batterie dans un bar, c'est encore possible. Histoire de corser le tout, Loïc (le patron) ne fait quasiment pas venir de groupes locaux. Ce n'est donc pas au Spoutnik que vous verrez les formations qu'on a déjà vues cinquante fois. Vous y découvrirez plutôt du bon rock'n'roll (mais pas que), de la vodka et des affiches de série B. Nazdrovia !

Allo ? 02 40 47 65 37

LUDWIG | SLAM 44 | 16:46



ALEXIS | VIOLON DINGUE | 22:34



GWÉNAËL | ALTERCAFÉ | 19:58



JEAN-RÉMY | GADJO SWING | 21:36



Acteurs de la ville

Slam Nantes 44

capitaine des mots

Une fois n'est pas coutume, nous ne vous présentons pas un lieu, mais un blog consacré au slam, et uniquement au slam ! Toutes les manifestations prévues à Nantes et dans la région y sont répertoriées, aussi bien les soirées, les scènes ouvertes que les concerts qui se déroulent à l'Embarcadère, au TNT ou à la médiathèque Luce-Courville. Rien ne vous échappera ! Les informations sont chronologiques et parfaitement détaillées. Agenda indispensable pour les poètes, les bavards, les curieux et tous ceux qui aiment jouer avec les mots !

<http://slam-nantes-44.over-blog.com>

Altercafé

musique citoyenne

Situé au Hangar à Bananes, ce café-concert bar équitable propose un large choix de boissons (vins, bières, jus...) issues du commerce équitable, de l'agriculture biologique ou locale. Mais l'Altercafé, c'est aussi un espace musical varié avec des scènes ouvertes, des concerts, et aussi des sessions électro. Enfin, c'est un véritable lieu d'échanges et de débats pour tous ceux qui se sentent concernés par le développement durable et l'économie solidaire.

Allo ? 02 28 20 01 06

www.altercafe.fr

Violon Dingue

folles découvertes

Café-concert mythique et historique à Nantes, le Violon Dingue saura vous surprendre et vous séduire, que ce soit par sa programmation pointue et ambitieuse, riche en révélations ou sa décoration chaleureuse et familière. Située près de la cathédrale, ce lieu de diffusion au service des associations, et surtout des artistes, existe depuis plus de 20 ans. Concerts, théâtres et courts-métrages berceront vos soirées... Au service de l'art, tout simplement !

Allo ? 02 40 74 09 29

<http://violondingue.free.fr>

Gadjo Swing

django academy

Mélange de rythmiques, d'improvisations propres au jazz, et de mélodies tziganes, le jazz manouche a conquis le cœur de nombreux gadjo (les non-gitans) à travers le monde. Ces derniers ont maintenant un Q.G. nantais : le Gadjo Swing. Créé par un passionné, le lieu saura vous communiquer son amour pour ce style qui s'écoute et se regarde. Au programme : des concerts d'artistes connus ou inconnus et, parce que le jazz manouche se partage, des bœufs ouverts à tous.

Allo ? 02 51 83 99 21

JULIEN | (WE ARE WONDERFULL) | 18:46



THIERRY | YAMOY' | 20:17



CLINCH | CABLE # | 23:46



JULIEN | CAFARD NAHUM | 21:36



Acteurs de la musique

(We are wonderful)

voix de garage

C'est sale, excitant et bestial ! Non, on ne parle pas de combat de boue féminin, mais de garage rock ! Que les aficionados nantais se réjouissent, We are Wonderful (W.A.W. ! pour les intimes) n'est pas qu'un groupe, c'est aussi une association qui fait vivre ce style de musique (ainsi que le rock'n'roll et la musique « surf ») dans le coin. Rendez-vous aux soirées « Back to garage, baby ! » avec des groupes de toute la France et de l'étranger plus sulfureux les uns que les autres.

Allo ? 06 85 88 03 28

www.myspace.com/backtogarage

Cable

mieux que le satellite

Les étiquettes, Cable, ça ne la branche pas ! Toute l'année, l'association mise sur l'expérimentation et la performance (et une bonne dose de rock et d'électro). Musique, vidéos, installations, improvisations ou les quatre en même temps, Cable est un vrai laboratoire. Apparemment, cela plait puisque l'association organise, depuis deux ans, son propre festival. Groupes locaux ou internationaux s'y croisent pour le plus grand plaisir des oreilles pointues.

www.myspace.com/cablenantes

Yamoy'

21th century folk

Farouchement indé, Yamoy' organise des concerts et même des projections de courts-métrages toute l'année. Folk, garage, post-rock ou hip-hop, l'asso. ne s'embête pas avec les genres musicaux tant que « la musique est bonne, bonne, bonne ». Et si Yamoy' défend la crème de la scène indépendante, cela ne l'empêche pas d'être ambitieuse avec le « Soy Festival ». Au menu : plus d'une quinzaine d'artistes venus des quatre coins du globe et tarifs accessibles à tous. Merci qui ?

Allo ? 06 60 02 98 47

www.yamoy.org

Cafard Nahum

cherche des poux au punk

Sorte de petite sœur de la Frag'Asso, Cafard Nahum fait figure de résistante dans le paysage musical nantais. Fondée il y a presque deux ans par quatre passionnés, l'association organise des concerts de punk rock (dans ce qu'il a de plus large) et de ska, histoire de faire vivre une scène locale fourmillante qui ne demande qu'à exister. La preuve, le « Cafard Nahum Festival » a rameuté plus de 600 personnes pour sa première édition en 2009. Pas mal, pour un insecte !

Allo ? 06 75 25 46 60

www.assocafardnahum.com



MARTIN ET CÉLINE | SWEATLODGE | 18:46



LAURE | PICK UP PRODUCTION | 20:17



LUDOVIC | FRAG'ASSO | 18:46



OLIVIER | POL'N | 18:32

Acteurs de la musique

Sweatlodge

pinder boum boum

Vous avez peur du cirque depuis l'été 92 où un clown vous a forcé à vous asseoir sur ses genoux ? Les sound system, ce n'est pas votre truc ? Sweatlodge va vous réconcilier avec ces deux genres. Accompagnée de son chapiteau mobile, l'association mélange dancefloor, arts du cirque et même cinéma. Elle organise aussi l'insolite festival « Dark Side of the Clown » qu'elle compte bien réitérer si, cette année, il y a quelques coups de cœur artistiques. Allez, sans rancune le clown.

Allo ? 06 75 06 76 84

www.sweatlodge.fr

Frag'Asso

Les incorruptibles

L'esprit punk ne se limite pas à une crête résistante ! La Frag'asso en est la preuve. Ici, le « do it yourself » est une religion. Depuis huit ans, l'association se bouge pour défendre la scène punk (mais pas que) et les « petits lieux » en organisant plus d'une cinquantaine de concerts dans l'année. Groupes d'ici et d'ailleurs, elle marche aux coups de cœur musicaux ou humains, et surtout à l'huile de coude. La Frag' : c'est bon pour le moral (de l'alternatif) !

www.myspace.com/fragasso

Pick Up Production

l'école du micro nantais

Quel est l'événement qui fait référence en matière de hip-hop à Nantes ? Le festival « HIP OPsession », bien sûr ! Chaque année, la crème du rap français, de la danse hip-hop et du graff est réunie pendant deux semaines, histoire de faire vivre la ville au rythme du poum poum tchac ! Et pour ceux qui l'ignorent, c'est Pick Up Prod. qui organise l'événement. D'ailleurs, l'association est devenue incontournable en matière de cultures hip-hop avec ses soirées et les projets qu'elle soutient.

Allo ? 02 40 35 28 44

www.pickup-prod.com

Pol'n

hors catégorie

Collectif d'associations qui fêtera ses 10 ans en 2010, Pol'n n'est pas un lieu de diffusion à proprement parler, mais plutôt un lieu d'expérimentations et de recherches. Les projets sortent des sentiers battus et mixent les disciplines (danse, cinéma, graphisme, cirque, arts plastiques...). L'ancien local des costumes Peignon est ouvert à tous et la participation tarifaire est totalement libre. En un mot, un lieu de rencontre unique entre artistes atypiques et public éclectique.

Allo ? 02 51 82 36 71

www.pol-n.org

CAFÉS MUSIQUES

Spoutnik

6 allée du Port-Maillard
T. 02 40 47 65 37
L1 arrêt : Bouffay

Scène Michelet

1 bd Henry-Orrion
T. 02 40 74 13 13
www.scenemichelet.com
L2 arrêt : Michelet

Art Scène

19 rue du Château
T. 02 40 47 74 04
L3 arrêt : Talensac

Violon Dingue

1 rue Lebrun
T. 02 40 74 09 29
<http://violondingue.free.fr>
L4 / bus 11, 12, 21, 22, 23 arrêt : pl. Foch

Ferrailleur

Hangar à bananes
quai des Antilles 44200 Nantes
T. 02 51 82 86 41
www.myspace.com/leferrailleur
bus 58 arrêt : Prairie aux Ducs

Live

6 rue de Strasbourg
T. 02 40 35 54 01
www.lalivebar.com
L1 arrêt : Bouffay

Remorqueur

quai Malakoff
T. 02 40 20 49 99
www.le-remorqueur.abcsalles.com
bus 24, 56 arrêt : Gare SNCF sud

Gimmick

1 quai Turenne
T. 02 40 89 58 57
www.legimmick.free.fr
L2, L3 / bus 24, 56 arrêt : Hôtel-Dieu

Poquito

9 rue Paul Bellamy
T. 02 40 35 27 56
www.elpoquito.com
bus 12, 32, 52 arrêt : Talensac

Canotier

21 quai de Versailles
T. 02 40 12 06 29
L2 arrêt : Saint-Mihiel

Café Grimault

25 rue Adolphe-Moitié
T. 09 81 61 39 26
L2 arrêt : Saint-Mihiel

Triolet

8 rue de l'Hermitage
T. 02 40 69 32 30
www.letriolet.fr
bus 45 arrêt : Garennes

Cascabel

1 rue Kervégan
T. 02 40 35 60 73
L1 arrêt : Bouffay

Altercafé

Hangar à bananes
21 quai des Antilles
44200 Nantes
T. 02 28 20 01 06
www.altercafe.fr
bus 58 arrêt : Prairie aux ducs

Gadjo swing Café

35 rue des Olivettes
T. 02 51 83 99 21
bus 24, 56 arrêt : Monteil

Hurluberlu

36 rue du Maréchal-Joffre
T. 02 40 74 25 09
L4 / bus 11, 12, 21, 23 arrêt : Place Foch

Bar du lieu unique

2 rue de la Biscuiterie
T. 02 40 12 14 34
www.lelieuunique.com
L1 / L4 arrêt : Duchesse-Anne
bus 24, 56 arrêt : Favre

CULTURES ACTUELLES

Olympic

30 place Jean-Macé 44100 Nantes

T. 02 51 80 60 80

infoline : 02 40 43 20 43

www.olympic.asso.fr

L1 arrêt : Égalité

bus 21, 70 arrêt : Jean-Macé

Lieu unique

2 rue de la Biscuiterie

T. 02 40 12 14 34

www.lelieuunique.com

L1 / L4 arrêt : Duchesse Anne

bus 24, 56 arrêt : Favre

Bouche d'Air

salle Paul Fort

9 rue Basse Porte

T. 02 40 73 40 20

www.labouchedair.com

L2 arrêt : 50 Otages

bus 12, 32, 52 arrêt : Talensac

Pannonica

9 rue Basse Porte

T. 02 51 72 10 10

www.pannonica.com

L2 arrêt : 50 Otages

bus 12, 32, 52 arrêt : Talensac

Pôle étudiant

campus du Petit Port 44300 Nantes

chemin de la Censive du Tertre

T. 02 72 64 04 40

www.univ-nantes.fr

L2 arrêt : Facultés

Angers - Nantes Opéra

Théâtre Graslin

1 rue Molière

T. 02 40 69 77 18

www.angers-nantes-opera.com

L1 arrêt : Médiathèque

bus 11 arrêt : Graslin

Zénith

boulevard du Zénith - Zac Armor

44800 Saint-Herblain

www.zenith-nantesmetropole.com

Des navettes après les concerts permettent

de rejoindre les arrêts des lignes 1, 2 et 3

bus 73 arrêt : Saulzaie

bus 84 arrêt : Zénith ou Ar Mor

bus 93 arrêt : Cochardières

L1 arrêt : François-Mitterrand + navette

L2 arrêt : Orvault grand Val + bus 73

arrêt : Saulzaie

L3 arrêt : Sillon de Bretagne + bus 73

arrêt : Saulzaie

Cité Internationale des Congrès

5 rue de Valmy

T. 02 51 88 23 05

www.congres-nantes.fr

L4 arrêt : Cité des Congrès

Maison de quartier Accoord Doulon

1 rue de la Basse-Chenaie 44300 Nantes

T. 02 40 50 60 40

bus 48, 75, 92 arrêt : Druides

concerts et même des festivals

Barakason

CSC du Château

1 allée du Dauphiné

44400 Rezé

T. 02 51 70 75 75

www.barakason.com

L3 arrêt : Château de Rezé

THÉÂTRE ET DANSE

Grand T

84 rue du Général Buat

T. 02 51 88 25 25

www.legrandt.fr

bus 21, 23 arrêt : Châlatres

T.U.

Théâtre Universitaire - Campus Lettres
ch. Censive du Tertre 44300 Nantes
T. 02 40 14 55 14
www.tunantes.fr
L2 arrêt : Facultés
Café ouvert de 12h à 15h et soirs de spectacles

Cabanier

6 rue Ameline
T. 09 72 74 68 74
lecabanier.free.fr
L2 arrêt : St-Félix

Théâtre du Cyclope

82 rue du Maréchal-Joffre
T. 02 51 86 45 07
www.theatreducyclope.com
L4, bus 11, 12, 21, 22, 23 arrêt : Pl Foch

TNT Terrain Neutre Théâtre

11 allée de la Maison-Rouge
T. 02 40 12 12 28
www.tntheatre.com
L2, L3 \ bus 24, 56 arrêt : Hôtel-Dieu

Studio Théâtre

5 rue du Ballet
T. 02 40 29 07 61
L2 arrêt : St-Félix
bus 52, 70 arrêt : Michelet

Salle Francine-Vasse

18 rue Colbert
T. 02 40 73 12 60
T. 06 31 92 65 14
www.sallevasse.fr
bus 21, 23, 24, 56 arrêt : Édit de Nantes

Théâtre de Poche Graslin

5 rue Lekain
T. 02 40 47 34 44
www.theatredepochegraslin.com
bus 11 arrêt : Graslin

Théâtre du Sphinx

9 rue Monteil
T. 02 40 89 19 09
www.theatredusphinx.com
L2, L3 \ bus 24, 56 arrêt : Monteil

Théâtre de Jeanne

5 rue des Salorges
T. 02 40 69 66 66
www.theatre-jeanne.com
L1 arrêt : Gare maritime
bus 81 arrêt : Salorges

CCNN Studio Jacques Garnier

Centre Chorégraphique National de Nantes
23 rue Noire
T. 02 40 93 30 97
www.ccnn-brumachonlamarche.com
L3 arrêt : Poitou
bus 12, 32, 52 arrêt : Bel-Air

DISCOTHÈQUES

le Why Not

16 rue Jules-Launey
T. 02 40 43 17 93
bus 21, 45, 70, 81 arrêt : Liberté
ambiance afro-antillaise

le Calysto

3 rue Cale Crucy 44200 Nantes
www.lecalysto.chez-alice.fr
bus 81 arrêt : Bougainville
ambiance généraliste

le LC Club

« Hangar à bananes », quai des Antilles
44200 Nantes
www.lc-club.com
bus 58 arrêt : prairie au duc
électro, techno et généraliste

le Temps d'Aimer

14 rue Alexandre-Fourny
www.letempsdaimer.fr
bus 42, 52 arrêt : Gustave-Roch
musique variée, gay friendly

le Castel Club

13 rue Mathelin-Rodier
L4 \ bus 11, 12, 21, 22, 23 arrêt : place Foch
électro (en bas) généraliste (en haut)

le Floride

4 rue Saint-Domingue 44200 Nantes

T. 02 40 47 66 80

bus 58 arrêt : Prairie au duc

lefloride.free.fr

mer - sam : 23h - 6h

le club rock de Nantes

le SKS

19 bd Gustave-Roch

T. 02 40 12 07 14

bus 42, 52 arrêt : Gustave-Roch

ambiance afro antillaise, zouk, salsa, R'n'B, dancehall

le Tie Break

1 rue des Petites Écuries

T. 02 40 47 77 77

L1 arrêt : Bouffay

années 80

le .Come

21 rue Rieux

T. 02 40 12 01 13

L4 arrêt : Beaulieu

généraliste

le Royal

7 rue des Salorges

T. 02 40 69 11 10

www.leroyal.fr

L1 arrêt : Gare maritime

bus 81 arrêt : Salorges

Cafard Nahum

8 cours Antonio Vivaldi 44300 Nantes

T. 06 75 25 46 60

cafard-nahum@hotmail.com

www.assocafardnahum.com

We are Wonderful

T. 06 85 88 03 28

wawwearewonderful@hotmail.fr

www.myspace.com/blacktogarage

Cable

cable.nantes@gmail.com

www.antboymusic.com/cable

Sweatlodge

T. 06 75 08 76 84

www.sweatlodge.fr

Scènes régulières de Slam à Nantes :

<http://slam-nantes-44.over-blog.com>

LES ASSOS DE LA MUSIQUE

Pan Pan Vilain Bouc

www.myspace.com/panpanvilainbouc

Force Béton

forcebeton@gmail.com

www.forcebeton.org

Frag'asso

www.myspace.com/fragasso

Yamoy'

T. 06 83 54 41 46

www.yamoy.org

Cinetic

T. 06 60 02 98 47

www.cineticevents.com

'AGIR + THÉÂTRE DU CYCLOPE

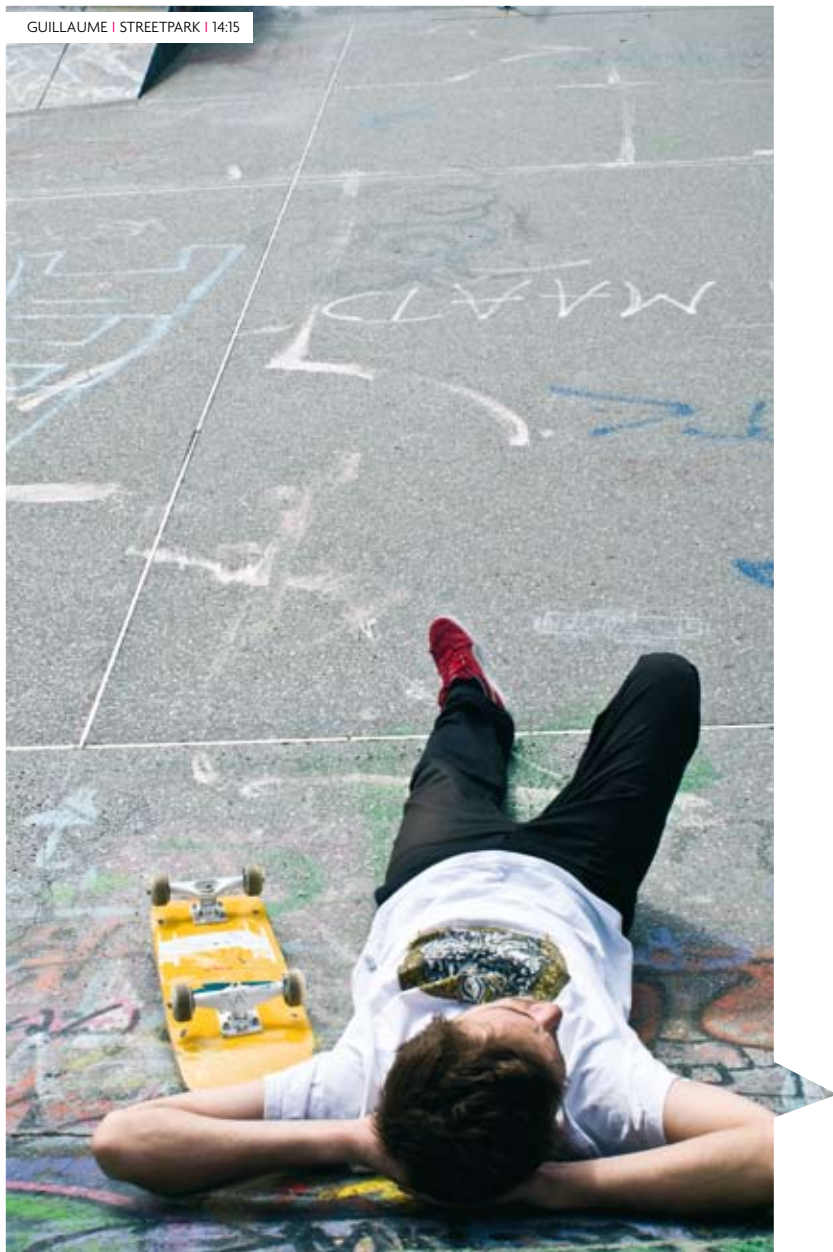
Ahhh, la rue du Maréchal Joffre, ses épiceries, ses kebabs, et... son théâtre ! Il y 11 ans, le Théâtre du Cyclope n'était qu'un hangar vétuste niché au fond d'une venelle de la célèbre rue étudiante. Créé pour être un local de travail et de répétition, il est devenu un lieu de spectacles de quartier pouvant accueillir 49 spectateurs et de nombreux bénévoles. La programmation jongle entre artistes invités et travaux de la compagnie éponyme. Et à la sortie, un bar vous attend pour taper une petite discussion et plus si affinités.

02 51 86 45 07

www.theatreducyclope.com

ALL●NANTES 02 40 41 9000

www.nantes.fr



F AIRE DU SPORT **Une idée, un bon plan**



Le Street Park : Nantes by ride **Roulez jeunesse !**

“ Je suis arrivé à Nantes pour finir ma formation aux beaux-arts. Ça fait quinze ans que je fais du skate. Au départ, c'était le côté « véhicule » qui m'intriguait. Ça me plait d'être en ville, d'utiliser l'architecture urbaine même si lorsque j'ai commencé j'étais à la campagne, je descendais les coteaux ! Nantes est une super ville pour le skate, avec de bons équipements urbains ! Il y a un bon niveau général, même si beaucoup sont partis. Ce street park, j'y vais presque tous les jours, c'est ma salle de sport ! C'est aussi le rendez-vous des skaters Nantais. J'y ai rencontré plein de gens, plein de potes. Tout le monde peut venir et se parler. Si un débutant à une question à poser, il n'y a pas de problème, et je n'ai jamais vu d'altercation. C'est un des premiers street parks construits en France. Il est bien, mais il commence à se faire vieux. C'est un peu confiné, surtout le samedi, lorsque tout le monde est là. Mais bon, on ne va pas trop se plaindre, il est en plein centre ville, près du tram et puis, le CHU est à côté...” ”

Ligne 2 et 3, arrêt Hôtel-Dieu



Si vous arrivez à Nantes, commencez par là !

SUAPS étudiant qui transpire

Les étudiants nantais peuvent garder la forme grâce au SUAPS qui offre la possibilité de pratiquer deux sports différents parmi la cinquantaine de disciplines proposées. Au choix, les grands classiques comme le foot, le rugby, le hand, le basket, le tennis ou la voile... Mais également des disciplines plus « exotiques » comme la capoeira, le cirque, la salsa, le hip-hop ou... le surf ! Et oui tout est possible à Nantes ! Les tarifs annuels oscillent entre vingt et cinquante euros. Les plus motivés peuvent même choisir une troisième discipline parmi la musculation, la gym tonique ou la gym douce. À vos baskets !

Allo ? 02 40 76 00 84 | www.univ-nantes.fr

OMS

forever sport

L'office municipal du sport fédère plus de 300 clubs sportifs pour un peu moins d'une centaine de disciplines. Son rôle est d'encourager et de soutenir les pratiques sportives de la ville. C'est en quelque sorte « l'office du tourisme du sport associatif » et il vous aiguillera quelle que soit votre demande. Et pour tout savoir sur le sport à Nantes, l'OMS publie, courant septembre, un guide gratuit répertoriant toutes les informations utiles sur les acteurs, les équipements et les salles.

Allo ? 02 40 47 75 54
www.oms-nantes.fr

Piscines

mouillez-vous !

Nantes, ce n'est pas moins de six piscines dont cinq couvertes ! Le pied ou plutôt la palme pour évoluer librement en milieu aquatique. Celle de Petit Port abrite un bassin de 25m², un solarium, un bassin à vagues et même un super toboggan de 90 mètres ! Et celle de la petite Amazonie à Malakoff, toute neuve, peut accueillir trois cents personnes autour de deux bassins et d'une grande pataugeoire. Étudiants, chômeurs et moins de 18 ans bénéficient de réductions, histoire de sortir la tête de l'eau...

www.nantes.fr | www.nge-nantes.fr



EMMANUELLE | FOOTBAG | 16:49



ESTEBAN | ULTIMATE | 16:49



Acteurs de la ville

Double Dutch

corps à cordes

Vous avez certainement déjà vu des jeunes pratiquer cette discipline dans les rues de... Brooklyn ou du Queen's lors d'un reportage télévisé. Deux personnes battent la cadence en faisant tourner deux cordes. Le ou les « double dutcheurs » se produisent au milieu, enchaînant sauts, danses et figures au rythme des cordes à sauter. Sport très physique et extrêmement spectaculaire, il se développe de plus en plus en France, et à Nantes en particulier. Et cela, grâce à C'west et Nantes Nord Boxing Club !

Allo ? 06 85 69 15 30 | www.ffdd.fr

Footbag

prend ça dans ta balle

Le Footbag, c'est deux disciplines se jouant chacune avec une balle de cinq centimètres de diamètre. Le Freestyle consiste à enchaîner les jongles et les tricks à la manière d'un chorégraphe spectaculaire. Le Footbag Net lui se joue, sur un terrain de badminton. Seuls les pieds sont utilisés, le but étant de marquer plus de points que son adversaire. Envie d'essayer ? L'association Carnabal, référent dans la région, vous accueille à bras ouverts. Plus qu'un sport, une vraie communauté !

Allo ? 06 83 47 31 10
www.carnabal.org

Capoeira

bem-vindo ao Brasil

Art martial traditionnel Brésilien, la capoeira navigue élégamment entre la danse et le combat, alternant force et souplesse, agilité et puissance. Exécutée au rythme des chants, du berimbau et d'autres instruments traditionnels, elle vous séduira par sa complexité autant que par sa grâce. L'association Ginga Nago, basée à Nantes depuis 1995, vous initiera à ce joyau de la culture brésilienne. Et en plus, le groupe s'investit dans plein de projets sociaux en faveur du Brésil. Courez-y !

Allo ? 06 71 06 35 66
www.ginganago.com

Ultimate

ça va défriser

Quel sport collectif s'auto arbitre, se joue en salle, sur plage ou sur gazon, à cinq ou à sept joueurs ? Réponse, l'Ultimate ! Pour les non-initiés, il s'agit de se faire des passes avec un frisbee pour déborder l'équipe adverse et marquer dans son en-but. Sport physique et très spectaculaire, alliant vitesse, précision et explosivité, l'Ultimate vous séduira en deux temps trois lancers. L'association Frisbeurs Nantais, plus gros club français, vous accueille dès 11 ans. Lancez-vous !

Allo ? 06 85 80 79 40
www.frisbeurs.fr

ADMINISTRATION DU SPORT

Ville de Nantes Direction des sports

11 boulevard Stalingrad

T. 02 40 41 66 87

www.nantes.fr

lun - ven : 8h30 - 12h30 / 13h30 - 17h30

L1 arrêt : Manufacture

La Direction des sports met en œuvre la gestion des équipements, l'animation, le soutien matériel, financier et humain aux pratiquants sportifs.

Elle s'adresse aux scolaires, aux assos sportives et aux « inorganisés » qui se reconnaîtront.

OMS

Office Municipal du Sport

17 bis rue du Moulin

T. 02 40 47 75 54

www.oms-nantes.fr

contact@oms-nantes.fr

lun - jeu : 14 h - 18 h / ven : 14 h - 17 h

L2 arrêt : place du Cirque

DRDJS

Direction Régionale et Départementale
de la Jeunesse et des Sports

avenue François-Broussais

44325 Nantes Cedex 3

T. 02 40 52 44 44

lun - ven : 8h30 - 12h30 / 13h45 - 17h30

L1 arrêt : Mairie de Doulon

SUAPS

Service Universitaire des

Activités Physiques et Sportives

Université de Nantes

3 bd Guy-Mollet 44300 Nantes

T. 02 40 76 00 84

www.univ-nantes.fr

lun - ven : 9h - 12h / 13h30 - 17h

L2 arrêt : Facultés

Maison des Sports

44 rue Romain-Rolland 44100 Nantes

T. 02 40 58 65 67

lun : 13h - 18h

mar - jeu : 9h15 - 12h45 / 13h30 - 18h

ven : 9h15 - 12h45 / 13h30 - 17h

L1 arrêt : Romain-Rolland

La Maison des Sports rassemble une vingtaine de comités départementaux et ligues régionales dans différentes disciplines, ainsi que le Comité Régional Olympique et Sportif.

À SAVOIR

**Pour les visites médicales obligatoires des
pratiquants sportifs.**

Centre médico-sportif

(RDC du Palais des sports)

3 rue André-Tardieu 44200 Nantes

T. 02 40 41 57 50

lun - ven : 10h - 12h / 14h - 19h

bus 58 arrêt : Palais des sports

PISCINES

www.nantes.fr

Six piscines à Nantes pour barboter, s'entraîner ou se détendre. Structures gonflables, natation synchronisée, sauvetage, hockey subaquatique, et même baptême de plongée ! (Se renseigner dans chaque piscine). Plaquette détaillée en Mairie.

Léo-Lagrange

rue Deurbroucq / ile Gloriette

T. 02 40 99 26 50

L1 arrêt : Médiathèque

Jules-Verne

rue Grandjouan 44300 Nantes

T. 02 51 89 16 20

L1 arrêt : Haluchère

bus 11, 21 arrêt : Patis-Rondin

Le Petit Port

boulevard du Petit Port 44300 Nantes

T. 02 51 84 94 51

L2 arrêt : Morrhonnière-Petit Port

bus 25, 51 arrêt : Facultés

Durantière

(fermée l'été)

11 rue de la Durantière 44100 Nantes

T. 02 40 58 24 90

bus 24 arrêt : Petit-Breton

Petite-Amazone

15 rue du Pont-de-l'Arche 44300 Nantes

T. 02 40 14 62 80

L1 arrêt : Moutonnerie

Plein air, ouverte uniquement l'été

Dervallières

rue du Professeur Dubuisson 44100 Nantes

T. 02 40 40 57 74

bus 54, 55 arrêt : avenue Blanche

« La Plage verte », de juin à septembre

ATYPIQUES

Streetpark Ricordeau

L2, L3 / bus 24, 56 arrêt : Hôtel-Dieu

Capoeira Ginga Nagô

12 rue Anatole de Monzié 44200 Nantes

T. 02 40 89 07 57

www.ginganago.com

bus 24 arrêt : Icygues

L2, L3 arrêt : Mangin

Football - Association Carnabal

1 rue d'Angleterre

T. 02 40 08 21 68/06 03 01 12 36

bus 56 arrêt : Ecosse

Double Dutch

Nantes Nord Boxing Club

rue Eugène-Thomas 44300 Nantes

T. 06 62 59 31 72

L2 arrêt : Chêne des Anglais

Association C'West

1 place des Lauriers 44100 Nantes

T. 06 60 05 82 64

L2 arrêt : Chêne des Anglais

Ultimate - Association Frisbeurs Nantais

Stade Vélodrome du Petit Breton

14 rue de la Durantière 44200 Nantes

T. 06 85 80 79 40 (Manu)

Jeu : 20h - 22h

HANDISPORT

Handisport Nantes

Maison des associations

10 rue Anatole-de Monzié 44200 Nantes

T. 08 70 66 96 63 (tarif local)

www.handisportnantes.org

lun - ven : 8h30 - 12h / 13h30 - 17h

(sauf jeu après-midi)

L2, L3 arrêt : Mangin

DIVERS GUIDES

- Guide de l'OMS
- L'Annuaire du Sport de la Région Pays de la Loire édité par le CROS
- Le sport à l'Université (SUAPS)

PLAQUETTE ÉDITÉE PAR LA VILLE

- Les piscines de Nantes

"AGIR + 1 PEU 2 FOOT POUR UN MEILLEUR FUTUR

« Yes we can », un slogan, un projet : organiser un tournoi de foot à l'automne entre des personnes en situation de grande précarité. L'objectif est simple : redonner de l'espoir à ceux qui ont oublié ce mot. Et pour viser la lucarne, rendez-vous non pas sur le banc, mais à l'entraînement, un samedi sur deux, à l'Hippodrome du Petit Port. Et vous pouvez participer !

06 25 05 26 34

<http://1peu2footpourunmeilleurfutur.blogspot.com>

ALL●NANTES 02 40 41 9000
www.nantes.fr



ANNABELLE | HÔPITAL BELLIER | 18:15

SE DÉPLACER COMME PAS PERMIS

Une idée, un bon plan



Où tu veux quand tu veux

Devenez un(e) Nantes Trotteur

“ Les transports en commun, « c’est mon dada » comme dirait Omar Sharif. Je fais mes études à Nantes, j’habite à Vertou, je viens d’Angers et mon copain vit à Saint-Nazaire. Heureusement qu’il existe plein de bons plans, sinon je ne pourrais pas m’en sortir. Voici ma semaine. Le dimanche soir, je rentre d’un week-end à Angers en train avec ma carte TIVA. Avec elle, j’ai 50% de réduction sur tous les TER de la région et je peux réserver à l’avance des billets que j’utilise quand je le veux. Durant ma semaine de cours, j’utilise le Bicloo, le vélo libre-service de Nantes (histoire de garder la forme), le bus et le tram. D’ailleurs, avec mon ticket, je peux rentrer chez moi (à Vertou. Vous suivez toujours ?) gratuitement en TER. Le week-end, mon copain qui travaille à Saint-Nazaire vient me voir à Nantes. Avec son ticket Métrocéane, il peut venir et utiliser tous les transports nantais à volonté. C’est ce que l’on appelle la multimodalité. C’est un joli mot, non ? Et quand je suis fâchée avec lui, je retourne à Angers avec une ou plusieurs copines. Avec ma carte TIVA, elles bénéficient des mêmes tarifs que moi. Sinon, j’aime bien aussi marcher de temps en temps...” ”

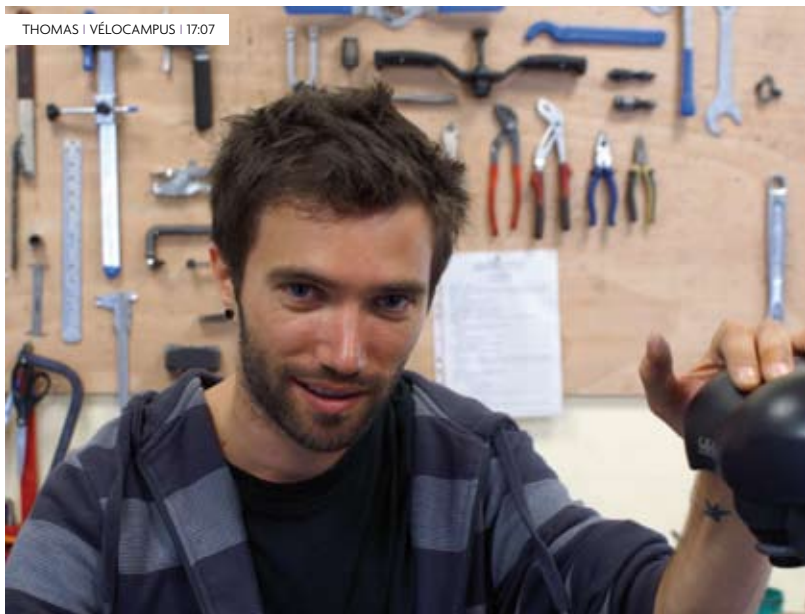
T. 0 810 444 444 | www.tan.fr

T. 0 810 324 324 | http://www.ter-sncf.com/pays_de_la_loire
www.metroceane.fr

Lila : 0 825 087 156

www.bicloo.nantesmetropole.fr

THOMAS | VÉLOCAMPUS | 17:07



JULIAN | STATION MÉDIATHÈQUE | 16:32



DOMINIQUE | PLACE AU VÉLO | 16:23

Si vous arrivez à Nantes, commencez par là !

Vélocampus à deux-roues

Pour 40 euros par an, Vélocampus vous libère des bouchons, des PV et de l'enfer de la circulation. L'association prête ainsi 300 deux-roues aux étudiants nantais. Des ateliers réparations sont également au programme histoire de savoir changer une chambre à air. Ça peut servir. En plus, ces thérapies de groupes version mécanique sont ouvertes à tous. Enfin, de nombreuses balades sont organisées toute l'année, et il y a même un voyage de fin d'année. Quand on partait sur les chemins, quand on partait de bon matin...

Allo ? 02 40 16 26 45 | <http://velocampus.net>

Bicloo

du vélo mais pas trop

À la recherche de LA solution pour vous déplacer facilement au cœur de Nantes, sans être obligé de garer votre vélo dans la cuisine de votre 20m² ? Le Bicloo est fait pour vous : 790 vélos à disposition tous les jours jusqu'à 1h du mat' dans 89 stations réparties dans le centre ville. Idéal pour une utilisation ponctuelle sur une journée, une semaine, ou avec un abonnement annuel, le Bicloo permet de se déplacer librement, sans se prendre la tête. Et la première demie heure est gratuite !

Allo ? 0810 44 44 50

www.bicloo.nantesmetropole.fr

Place au Vélo

association des cyclistes anonymes

Comme interlocuteur référent, il y a Place au vélo en cas de problèmes sur piste cyclable. Cette association, relais idéal entre les cyclistes nantais et les collectivités, ne jure que par le vélo et souhaite rendre ce mode de déplacement accessible à tous. Pour ce faire, elle organise une bourse aux vélos, des balades ou des cours de « remise en selle » pour ceux qui ont perdu confiance... Elle met également en place des ateliers « brico-vélos », pour que vous puissiez remettre à neuf votre engin.

Allo ? 02 40 20 04 00

www.nantes.fubicy.org

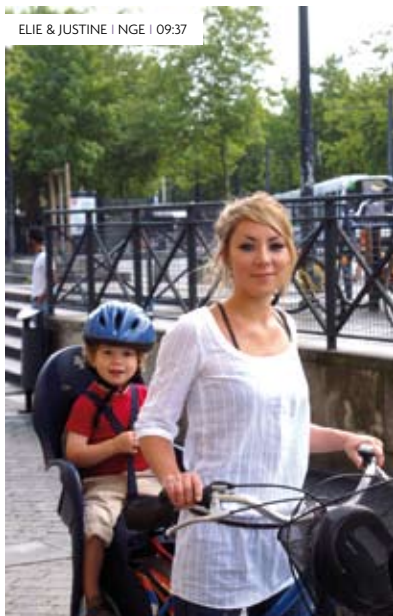
MAGALI | VÉLO + TRAM | 12:46



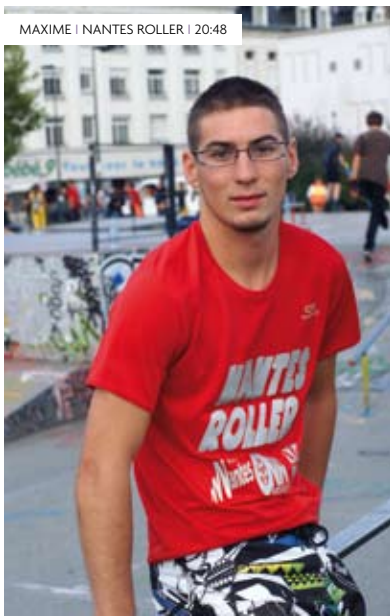
CHLOÉ | ATAO | 16:35



ELIE & JUSTINE | NGE | 09:37



MAXIME | NANTES ROLLER | 20:48



Acteurs de la ville

Vélo dans le tram

waouw !

Fin des cours. Vous êtes en vélo et un orage vous tombe dessus. Vous vous équipez en conséquence, parka jaune sponsorisé par la Poste et sacs plastiques aux pieds ! Et c'est en mode « facteur waterproof » que vous croisez celui, ou celle, qui vous fait fantasmer depuis des mois... La loose. La prochaine fois, si vous voulez conclure, pensez à mettre votre vélo dans le tram ! (Du lundi au samedi avant 7h15 et après 18h30, toute la journée du dimanche, les jours fériés et pendant les vacances d'été, du 11/07 au 23/08)

Allo ? 0 240 444 444 | www.tan.fr

NGE

vélo et plus si affinités

Dans la série, « je circule à vélo et c'est vraiment super sympa », je voudrais « Ville à vélo » from NGE, qui propose, de la demi-journée à l'année, la location de splendides bicyclettes orange et bleu. Les abonné-es TAN, SNCF ou LILA ont 25% de réduction. Et en plus de ces magnifiques engins, NGE vous prête tout l'équipement qui va avec. Le casque, l'anti-vol et même le siège bébé si dans un excès de générosité, il vous vient la folle envie d'emmener votre petit frère en balade.

Allo ? 02 51 84 94 51

www.nge-nantes.fr/velo00.php

Atao Vélo

intégration sans freins

Une association qui gagne à être connue ! Atao redonne une seconde jeunesse à des bicyclettes laissées pour compte. Vous pouvez leur emmener votre monture perso, pour une simple réparation ou une révision complète. Mais vous pouvez également investir dans un vélo d'occasion remis à neuf. Tous les modèles sont disponibles et les prix oscillent entre 70 et 140 euros. En plus, Atao aide des personnes en difficulté à s'insérer professionnellement. Pour ne laisser aucun vélo sur le bord du chemin...

Allo ? 02 40 92 87 05

www.atao-insertion.fr

Nantes Roller

roulez des patins !

Le jeudi soir, il n'y a pas que les tonus pour rencontrer du monde. L'association Nantes Roller organise une randonnée à roulettes. Chaque semaine, les amateurs ou les pros du roller se retrouvent pour un parcours collectif et nocturne. Le but n'est pas de faire la course ou des « tricks » comme disent les riders, mais bien de se balader et de se rencontrer. Que les plus trouillards se rassurent ! Le cortège est encadré par des bénévoles et une équipe de secouristes.

Allo ? 06 10 37 54 33

www.nantes-roller.com

BRENDAN | ARRÊT COMMERCE | 08:05



MAXIME | NAVIBUS | 13:13



MORGAN, GÉRALDINE & THOMAS | COVOITURAGE | 17:02



PAUL | MARGUERITE | 09:27



Acteurs de la ville

Luciole

la lumière avant le blackout

Booty-shaker jusqu'à l'aube, ça c'est ok ! En revanche, rentrer à pied à 6h du mat', c'est autre chose. Et la lumière fût... Luciole ! Deux navettes qui circulent dans la nuit de samedi à dimanche entre 2h30 et 7h du matin. Elles desservent les lieux incontournables de la nuit nantaise (LU, Hangar à Bananes etc.) mais aussi toute la périphérie de la ville. Tout ça avec vos titres TAN habituels.

Eclatez-vous !

Allo ? 0 240 444 444

www.tan.fr

Covoiturage

c'est meilleur à plusieurs !

Des nantais trop souvent seuls... Dans leur voiture. Soucieux de l'environnement mais aussi de la vie sociale de ses habitants, Nantes Métropole a mis en place un service de covoiturage via Internet. Le principe étant la mise en relation de conducteurs empruntant quotidiennement le même trajet. Il suffit de vous inscrire pour avoir accès à leurs coordonnées. Le service concerne la Loire-Atlantique mais également les départements limitrophes. Des économies et de nouveaux amis.

www.covoiturage-nantesmetropole.fr

Navibus

la Tan qui flotte

L'été, la climatisation du tramway rafraîchit les wagons mais ne remplace pas le confort d'un voyage à l'air libre... En attendant le toit ouvrant, respirez avec Navibus, ou comment allier l'utile à l'agréable avec des navettes fluviales accessibles en vélo et avec tous les titres TAN. Elles circulent toute l'année et vous font passer en moins de 10 minutes de la rive gauche à la rive droite de la Loire. Le pied marin.

Allo ? 0 240 444 444

www.tan.fr

Marguerite

tingo en free lance

Le problème quand on est jeune, c'est qu'on a souvent le permis mais rarement la voiture. C'est justement pour cela que l'on vous présente Marguerite, service de location de voiture sur de courtes durées. À condition d'avoir 21 ans et deux ans de permis, vous pourrez emprunter un véhicule pour une heure ou plus, 7j/7 et 24h/24. Les abonnés TAN ont des tarifs préférentiels. Et sans doute pour bientôt, des réductions pour les étudiants.

Allo ? 02 40 58 44 14

www.imarguerite.com

TAN

Transports de l'Agglomération Nantaise

Allo TAN : 0 240 444 444 (appel local) www.tan.fr

Tarifs TAN

PASS' ANNUEL - 26 ans (225 euros)

BILLET MENSUEL - 26 ans (30 euros)

PASS' ANNUEL - 18 ans (210 euros)

BILLET MENSUEL - 18 ans (22 euros)

CARTE TEMPO (gratuit ! à la mairie)

Salarié (« SMIC net »), en recherche d'emploi, en CES, stagiaire en réinsertion, handicapé, personne en cours de régularisation administrative

TICKET 1 H (1,50 euro)

CARNET 10 TICKETS (12 euros)

AMENDES

(de 41,8 à 375 euros. Changement au 1^{er} janvier)

Abonnés : 6 euros en cas d'oubli de votre carte.

SUR L'EAU

LES NAVIBUS

« Le Passeur »

prix d'un ticket TAN

Entre Port-Boyer et Facultés (2mn)

lun - ven : 7h30 - 12h30 / 13h30 - 19h15

sam : 10h - 12h / 14h - 19h30

dim, férié : 14h - 18h45

12 passagers et 4 vélos

« Loire »

Entre Trentemoult (Rezé)

et Gare Maritime (6mn)

lun - ven : 7h - 20h

sam : 9h - 20h / dim : 11h - 20h

Toutes les 10 mn en heure de pointe

Bateau tout nouveau, tout beau

OÙ STATIONNER ?

NGE

www.nge-nantes.fr T. 02 51 84 94 51

La carte Résidents : 1 euro/jour.

BONS PLANS

Trouver sa destination : www.destineo.fr

Covoiturage Nantes Métropole

www.covoiturage-nantesmetropole.fr

La nuit en tram et en bus

tram en semaine jusqu'à 00h30, week-end : 2h30

bus Luciole : 2h30 à 7h, la nuit de sam à

dim, dessert les différentes discothèques

Le dimanche en tram

Si vous êtes abonné, le dimanche et les jours fériés, la personne qui vous accompagne voyage gratuitement

Le vélo dans le tram

lun au sam : avant 7h15 et après 18h30

dim, fériés, l'été : 7j/7. Toute la journée

Association Nantes-roller

Gérard Taniou

T. 06 73 65 96 29

www.nantes-roller.com

Rando du jeudi soir à 20h30

Parcours encadré d'1h30 à Nantes

Départ : Street Park Ricordeau

L2, L3 arrêt : Hôtel-Dieu

Marguerite

Location de voitures

325 rue Marcel Paul – Gare SNCF Sud

T. 02 40 58 44 14

www.imarguerite.com

Abonnement : 100 euros (80 euros avec PASS TAN)

Réservation par téléphone ou sur Internet, jusqu'à 10 minutes avant le départ.

TER moins cher ? Acticarte !

Acticarte s'adresse à tous les ligériens, demandeurs d'emploi dont les ressources sont inférieures à 80 % du SMIC brut à 39 heures. C'est une carte annuelle qui consent 75% de réduction sur les billets plein tarif + une utilisation en toute liberté, professionnelle et personnelle + un nombre de trajets illimité sur le réseau régional ferroviaire et autocar.

www.ter-sncf.com

À 2 ROUES

Vélocampus (SUAPS)

3 boulevard Guy-Mollet 44300 Nantes

L2 arrêt : Facultés

T. 02 40 16 26 45

contact@velocampus.net

www.velocampus.net

lun - ven : 13h30 - 18h

Adhésion 40 euros + chèque de caution (170 euros)

Bicloo - Location de vélos

Espace Transport Commerce

2 - 4 allée Brancas

T. 0 810 44 44 50

L1, L2, L3 arrêt : Commerce

Tarifs : 20 euros à l'année

(15 euros avec le Pass annuel TAN)

5 euros la semaine / 1 euro la journée.

www.bicloo.nantesmetropole.fr

Place au Vélo

8 rue d'Auvours

T. 02 40 200 400 et 06 27 200 655

nantes@fubicy.org

www.nantes.fubicy.org

L3 arrêt : Viarme

Permanence le jeu : 17h - 20h

Atao-cycles

3 rue François-Coppée

T. 02 40 92 87 05

lun - ven : 8h - 11h30 / sauf mar 13h - 15h30

bus 21, 25, 70 arrêt : Gare de Chantenay

NGE

Nantes Gestion Equipements

18 rue Scribe

T. 02 51 84 94 51

www.nge-nantes.fr

bus 11 arrêt : Graslin

De 8h à 20h : location de vélos adultes et enfants, à l'heure ou à la journée au parking NGE Commerce. 10 euros la journée.

Dyna-mots

8 rue d'Auvours

T. 02 40 48 16 64 et 06 78 94 10 07

dyna-mots@wanadoo.fr

www.dynamotssite.free.fr

L3 arrêt : Viarme

PLAQUETTES ÉDITÉES PAR LA VILLE

- Tout pour circuler malin, mini plan Nantes Métropole
- Bicloo (stations et continuités cyclables)
- Stationnement, mode d'emploi



La Fédération Française des Usagers de la Bicyclette, encourage l'utilisation du vélo comme mode de déplacement quotidien et regroupe les différentes associations, comme Place au Vélo à Nantes. Elle donne les moyens à ces structures locales d'agir concrètement pour le vélo en ville. Elle publie également Vélocité, la bible du cycliste urbain. Et si vous souhaitez vous investir, l'asso. nantaise fait également de la place aux bénévoles...

03 88 75 71 90 | www.fubicy.org

ALL●NANTES 02 40 41 9000
www.nantes.fr



JACQUELINE | CHEZ ELLE | 17:15

SE LOGER SANS SE RUINER **Une idée, un bon plan**



Nantes renoue : un toit pas cher **No, you're not a gigolo**

“ Jacqueline a 98 ans et toute sa tête ! Elle va accueillir Olivier chez elle durant un an, en échange de 30 euros par mois et d'une présence régulière. Jacqueline aime cuisiner, mais elle trouve ennuyeux de manger seule. Quant à Olivier, il est en première année de médecine et n'a pas le temps de se faire correctement à manger. Voilà ce qu'on fait avec l'association Nantes Renoue. On essaye, à notre niveau, de lutter contre la solitude des personnes âgées tout en résolvant le problème du logement chez les jeunes. Il existe une autre formule qui est gratuite pour le jeune, mais cela lui demande plus d'investissement personnel. Au départ, Jacqueline préférait avoir une fille chez elle, et finalement, cela se passe toujours très bien, voire mieux, avec les garçons. La cohabitation intergénérationnelle permet souvent aux deux côtés de revoir leurs préjugés, quels qu'ils soient, et aussi de découvrir de nouvelles choses. Par exemple, l'ancien locataire de Jacqueline lui avait fait découvrir la Wii, depuis elle enchaîne les strikes ! ”

Erwan | Responsable de l'association

STEEVE | C.R.O.U.S. | 15:08



AMANDINE, ELSA & ESTHER | LOCA-PASS | 18:49



JULIEN | AUBERGE DE JEUNESSE | 17:28



Si vous arrivez à Nantes, commencez par là !

C.R.O.U.S.

logement pour toi l'étudiant

Le plan incontournable si vous souhaitez louer une chambre ou un studio à un prix défiant toute concurrence ! Seule condition, constituer un dossier social étudiant (DSE) qui vous permettra d'accéder à un logement en fonction de critères sociaux. Et contrairement à une idée reçue, il n'est pas nécessaire d'être boursier pour obtenir gain de cause. Malgré tout, la concurrence est féroce car il n'y a que 4 000 logements proposés. Si votre demande n'aboutit pas, vous pouvez toujours jeter un œil sur les très nombreuses offres de particuliers également disponibles sur le site bien alimenté du C.R.O.U.S.

Allo ? 02 40 37 13 13 | www.crous-nantes.fr

Loca-Pass

cautionnaire particulier

Avoir un logement est devenu un vrai chemin de croix ! Vous avez enfin trouvé un appartement, mais le plus dur reste à faire : payer le dépôt de garantie et trouver un cautionnaire. Comme la vie est (parfois) bien faite, Loca-Pass peut résoudre ces deux problèmes. Grâce à cette aide, votre garantie est avancée gratuitement (remboursable sur 36 mensualités) et, dans certains cas, Loca-Pass peut aussi se porter caution solidaire à votre place en cas de non-paiement de votre loyer.

Allo ? 02 40 20 13 50
www.cilatlantique.com
www.locapass.fr

Auberge de jeunesse

dépannage d'oreiller

Pour y dormir, vous devez d'abord adhérer à la Fédération Unie des Auberges de Jeunesse (11 euros). Ensuite, la nuit avec le petit-déjeuner vous coûtera 18,55 euros. Moins cher que l'hôtel et plus convivial puisque vous partagerez votre chambre avec trois, quatre ou cinq coloc' provisoires... Une cuisine, un salon de lecture ou une salle TV sont également à votre disposition. En revanche, votre séjour ne pourra pas excéder une quinzaine de jours consécutifs.

Allo ? 02 40 29 29 20
www.fuaj.org/Nantes

ÉLISABETH | CAMPING DU PETIT PORT | 18:15



MARCO | TEMPS POUR TOIT | 19:23



JULIETTE | CAF | 11:02



ZOÉ | ADIL | 09:04



Acteurs de la ville

Camping du Petit Port plantez de la sardine

Trouver un logement décent à un prix abordable s'apparente souvent à un parcours du combattant... Heureusement, il existe des solutions de secours comme le camping du Petit Port ! Situé à 10 minutes du centre ville et à deux pas du campus, il vous permet de poser votre tente jusqu'au 31 octobre pour environ 10 euros la nuit, voiture comprise. Et pour les névrosés de la tente et du réchaud, le mobil home est une alternative sympa qui vous rappellera les vacances en Bretagne !

Allo ? 02 40 74 47 94

www.nge-nantes.fr/camping

CAF allégez votre loyer

Tous ceux qui ne vivent plus chez leurs parents connaissent forcément les APL. Pourtant, la confusion est là, puisque la plupart des étudiants et des jeunes locataires perçoivent non pas l'APL mais l'ALS, l'Allocation Logement à caractère Social. Calculée en fonction de vos ressources et de votre loyer, cette aide financière vous est versée chaque mois sur votre compte en banque et se révèle être une alliée précieuse dans votre combat budgétaire quotidien. Essentielle !

Allo ? 0 820 25 44 10 | www.caf.fr

Temps pour toiT toit plus toit plus moi

Marre des studios dans lesquels on cuisine les pieds sur le lit et la vue sur la cuvette ? Visez plus grand grâce à l'association Le temps pour toiT, qui met en relation des hébergeurs (personnes âgées, seules...) qui disposent de trop d'espace avec des hébergés qui n'en n'ont pas assez. Cela s'appelle « l'habitat partagé intergénérationnel et solidaire », et c'est une belle réponse à la crise du logement actuel. Un toit décent pour tous, un vrai partage et moins de solitude !

Allo ? 02 40 29 14 82

www.letempspourtait.fr

ADIL conseils et solutions

Problème de caution ? Non-respect du bail ? Une seule adresse, l'Agence Départementale d'Information sur le Logement ! Elle a pour vocation d'offrir au public un conseil juridique, financier et fiscal sur toutes les questions relatives à l'habitat. Une véritable mission de service public pour les particuliers. Quel que soit votre litige avec votre propriétaire, les sept juristes de l'agence vous orienteront gratuitement. Donc avant de vous mettre en tort, rendez-leur visite !

Allo ? 02 40 89 30 15

www.adil44.fr

TOUT PUBLIC

CRIJ

Centre Régional Information Jeunesse
place de Bretagne
Tour Bretagne
T. 02 51 72 94 50
www.infos-jeunes.fr
mar, mer, jeu : 10h - 18h30
ven et sam : 14h - 18h30
Informations et offres à consulter sur place
ou sur www.infos-jeunes.fr
L3 arrêt : Bretagne

Adelis

Habitat et Services pour Jeunes
ADELIS s'adresse aux jeunes de 16 à 30 ans, qu'ils soient salariés, apprentis ou en contrats en alternance, scolaires ou étudiants en formation technique ou professionnelle.
Il propose en centre ville des studios meublés de 15 à 35m² dans l'un des 6 FJT (Porte-Neuve, Barbusse, Espace Port-Beaulieu, Hauts de Saint-Aignan, Frère-Louis, Chanteclerc).
T. 02 40 20 63 63 / 02 40 12 24 00 / 02 51 83 66 40
www.adelis.asso.fr

Adelis - Cap logement

23 rue Louis Joxe 44200 Nantes
T. 02 40 20 09 44
Le service Cap Logement offre également la possibilité de louer un appartement dans la ville ou dans l'agglomération.
lun - jeu : 9h - 12h30 / 13h30 - 18h (17h le ven)
sauf mar : 13h30 - 18h30
L2, L3 arrêt : Vincent-Gâche

L'Embarcadère

1 rue de Gigant 44100 Nantes
T. 02 40 73 41 46
www.edit-nantes.fr
L1 arrêt : Chantiers Navals
bus 21, 23, 24, 56 arrêt : Édité de Nantes
L'association «les Foyers de l'Édit de Nantes» gère trois foyers : l'Embarcadère, Grand Large et le foyer Océane. Pour plus de renseignements s'adresser :
La Passerelle, service logement
5ter rue de Gigant 44100 Nantes
T. 02 40 69 61 72

JEUNES ET VIEUX

Nantes'Renoue

27 rue de l'Héronnière
T. 02 40 69 84 24
nantesrenoue@laposte.net
www.nantesrenoue.com
lun - ven : 9h - 16h
L1 arrêt : Médiathèque
bus 11 arrêt : Graslin

Le Temps pour toit

2 bis route de Clisson 44200 Nantes (sur RDV)
T. 02 40 29 14 82
info@letempspourtait.fr
www.letempspourtait.fr
Permanence tél : 9h30 - 18h
mer : 9h30 - 13h
L4 arrêt : Clos Toreau

SPÉCIAL ÉTUDIANTS

CROUS

Centre Régional des Œuvres Universitaires et Scolaires
2 boulevard Guy-Mollet 44300 Nantes
T. 02 40 37 13 13
www.crous-nantes.fr
lun - ven : 9h - 17h
L2 arrêt : Petit Port

Vous êtes étudiant de nationalité française ou étrangère ? Le CROUS peut vous proposer un logement universitaire (3 600 sur Nantes). Un seul moyen : saisissez un Dossier Social Etudiant par Internet (du 15/01 au 30/04). Sinon, vous risquez de ne pas avoir de logement étudiant. Si vous êtes dans une autre situation : consultez le site du CROUS.

chambre en cité traditionnelle

9m² (sanitaires collectifs)

étudiant boursier :

141,90 – 55,99 (ALS) = 85,91 euros

étudiant non boursier :

141,90 – 39,98 (ALS) = 101,92 euros

chambre en cité rénovée

9m² (sanitaires individuels)

étudiant boursier :

219,40 – 112,66 (ALS) = 106,74 euros

étudiant non boursier :

219,40 – 94,25 (ALS) = 125,15 euros

studios

17m² (minimum)

231,48 à 357,38 euros avant APL

Passager dans la cité

Les cités peuvent héberger les étudiants provisoirement en sept. : à partir 10,30 euros/ nuit (minimum 2 nuits)

Ouverture l'été dans certains cas.

Comment louer un logement en ville ?

CROUS

lun - ven : 9h - 17h

T. 02 40 37 13 13

crous.logementville@ac-nantes.fr

www.crous-nantes.fr

Le CROUS met en ligne gratuitement des centaines d'adresses de logements du secteur privé.

LOGEMENT PROVISOIRE

Auberge de Jeunesse

2 place de la Manu

T. 02 40 29 29 20

www.hihostels.com

7j/7 : 8h - 12h / 16h - 22h30

L1 arrêt : Moutonnerie

Collectif. Tarif -26 ans : 11 euros la carte d'adhésion + 17,75 euros maxi la nuit avec petit-déj.

Camping du Petit Port

21 boulevard du Petit Port 44300 Nantes

T. 02 40 74 47 94

L2 arrêt : Morrhonnière-Facultés

Location de Mobil-home au mois

(à partir de 470 euros + 70,50 euros de charges et pour un engagement de 3 mois minimum)

La nuit en tente (d'avril à oct.) : 11 euros

8,60 euros en basse saison

Foyer Catholique (garçon)

13 rue du Chapeau Rouge

T. 02 40 48 50 75

bus 11 arrêt : Graslin

Agences Adoma

Nantes-Pont du Cens

28 avenue José-Maria de Heredia 44300 Nantes

T. 02 40 76 22 51

bus 12, 25, 32, 87, 96 arrêt : Pont du Cens

RÉSIDENCES PRIVÉES Para-hôtelières

Sur www.adele.org, « le site du logement étudiant depuis 1997 », vous trouverez toutes les offres de résidences privées ainsi que leurs disponibilités régulièrement mises à jour. À Nantes, 27 résidences étudiantes (de la chambre au T2), toutes très bien situées, répondront aux demandes des plus urbains d'entre vous (offres de centre ville) comme à celles des plus studieux... (à la campagne, sur le campus).

AIDES POSSIBLES

Étudiant étranger :

Si vous êtes ressortissant d'un pays de l'Union Européenne, vous effectuez les mêmes démarches qu'un étudiant français. Pour les autres, adressez à la CAF la photocopie recto-verso de votre titre de séjour en cours de validité.

ALT

Aide au Logement Temporaire. Vous êtes de passage pour quelques jours ou quelques mois, et vous avez besoin d'un logement ? Pensez aux chambres en ALT. Adelis : 02 40 20 63 63

www.caf.fr

LOCA-PASS

T. 02 40 20 13 50

www.aidologement.org

www.cilatlantique.com

www.locapass.fr

GIC

T. 0 810 55 10 25

www.gicdirect.fr

CIL Atlantique

6 rue La Fayette

T. 02 40 20 13 50

www.cilatlantique.com

lun - ven : 9h - 18h

sam : 9h - 12h

bus 21, 22, 23, 24, 51, 54, 56 arrêt : Saint-Nicolas

Euro CIL

4 place Aristide-Briand

T. 02 40 47 80 00

www.espacil.com

bus 21, 22, 23, 24, 51, 54, 56 arrêt : Saint-Nicolas

HLM Habitat à loyer modéré

Espace Habitat Social

6 rue Sainte-Catherine

T. 02 40 89 94 50

www.adil44.fr

L1, L2, L3 arrêt : Commerce

Nantes Habitat

Office public de l'habitat

54 rue Félix-Faure

www.nantes-habitat.fr

L3 \ bus 51 arrêt : Félix-Faure

SAMO

Société Anonyme des Marchés de l'Ouest

1 rue Louis-Mékarski

T. 02 40 14 52 40

www.nantaise-habitations.fr

bus 12 arrêt : Dalby

Aides mutualistes

LMDE

La Mutuelle Des Étudiants

1 rue Pierre-Chéreau

T. 32 60 (0,15 euro/mn d'un fixe)

www.lmde.com

lun - ven : 10h - 12h30 / 13h30 - 18h

L3 arrêt : Bretagne

La LMDE met à disposition sur place son nouveau fonds de garantie (le FGSE), qui prend en charge la caution et le dépôt de garantie.

SMEB'Habitat

Société Mutualiste des Étudiants

de Bretagne Atlantique

7 allée Duguay-Trouin

T. 02 40 35 90 90

www.smeba.fr

lun : 14h - 18h / mar - jeu : 10h - 18h

ven : 10h - 17h

L1, L2, L3 arrêt : Commerce

Centrale de réservation multimédia « SMEB'Habitat, le service logement de la SMEBA recueille des offres de logement, directement auprès des propriétaires. Vous prenez contact avec le propriétaire pour la visite et la signature du contrat de location. Vous n'avez pas de frais d'agence. C'est un service gratuit.

CAF

Caisse d'Allocations Familiales

22 rue Malville

T. 08 20 25 44 10

www.caf.fr

lun - ven : 8h - 16h

L3 arrêt : Beauséjour

Pour en bénéficier, vous devez louer un logement en votre propre nom. Le montant de l'aide dépend essentiellement du montant de votre loyer et de vos ressources. Vous pouvez remplir votre demande et estimer le montant de votre aide sur le site

NOS DROITS

ADIL

Association Départementale d'Information sur le Logement

6 rue de l'Arche-Sèche

T. 02 40 89 30 15

www.adil44.fr

lun - ven : 9h - 12h30

13h30 - 17h. Fermé mar matin

L1, L2, L3 arrêt : Commerce

CGL

Confédération Générale du Logement

6 place de la Manu

T. 02 40 74 16 85

cgl.nantes@wanadoo.fr

lun - ven : 9h - 12h30 / 14h - 17h30

L1 / bus 12 arrêt : Moutonnerie

Association de consommateurs qui représente les usagers dans le domaine du logement.

CNL

Confédération Nationale du Logement

27 bis rue de Rieux

T. 02 40 20 18 48

lun et jeu : 14h30 - 18h30 (sur RDV)

L2, L3 arrêt : Aimé-Delrieu

Défense des usagers du logement : locataires privés et HLM ou accédant à la propriété.

CLCV

Consommation, Logement et Cadre de Vie

5 place de la Manu

T. 02 51 72 00 19

www.clcv.org

bus 56, 58 arrêt : Angletterre

Information, formation, et défense des consommateurs auprès des pouvoirs publics et des professionnels, depuis plus de 50 ans.

Si vous déménagez

Formalités administratives :

Service Public

T. 39 39

www.changement-adresse.gouv.fr

vosdroits.service-public.fr

Prévenir :

- le bailleur
- l'administration fiscale
- la Caisse d'allocation familiale (CAF)
- Pôle emploi
- Assurances...

'AGIR + TOIT A MOI

L'abbé Pierre n'est plus... Mais ses enfants luttent ! L'association « Toit a moi » présidée par Denis Castin a fait le pari ambitieux d'acheter des logements pour loger les sans-abri grâce au parrainage (20 euros par mois pendant 5 ans déductibles des impôts à 75 %). Vous pouvez les aider en donnant soit un peu d'argent, ou du temps pour accompagner ces ex-naufragés dans leur quotidien : loisirs, repas, sorties... Parlez-en à vos parents !

06 66 86 59 46 | www.toitamoi.net

ALL●NANTES 02 40 41 9000
www.nantes.fr



S E NOURRIR BIEN ET PAS CHER **Une idée, un bon plan**



Les FJT, le restau préféré de votre portefeuille

Bon appétit, bien sûr !

“ En ce moment, je suis en stage dans le centre ville. Le midi, je n'ai pas les moyens d'aller au restaurant et je n'ai pas non plus envie de manger des sandwiches tous les jours de la semaine. Un collègue m'a appris que le FJT (Foyer de Jeunes Travailleurs) proche de la tour Bretagne disposait d'un restaurant ouvert à tous avec des tarifs abordables. Je me suis présenté à l'accueil et j'ai acheté un badge à 3,50 euros que je peux recharger avec de la monnaie, des tickets restaurants ou une carte de crédit. En gros, un bon repas me coûte 6 euros. Au départ, j'y allais tout seul, mais, au fur et à mesure, j'ai rencontré d'autres jeunes qui y mangeaient. C'est vraiment génial de discuter avec des gens qui ont un parcours complètement différent du mien. Tous les jeudis, on se délecte de la spécialité du chef, le couscous. Le vendredi, l'apéritif est offert, c'est l'occasion de trinquer à la fin de semaine. Santé ! En fait, il n'y a qu'un seul problème avec ce restaurant, c'est sa sauce au poivre. Elle est tellement bonne que je crois avoir développé une addiction... ”

Centre ville | 1 place Sainte-Elisabeth | www.adelis.asso.fr

Île Beaulieu | 9 bd Vincent-Gâche

Édit de Nantes | 7 rue de Gigant | www.edit-nantes.fr



MORGANE | PETITE HOLLANDE | 11:46



FAYAL | ASEF | 16:05

Si vous arrivez à Nantes, commencez par là !

Resto U pour les étudiants gourmets

Lorsque l'on parle de restaurant universitaire, cela nous évoque des souvenirs de collège... Souvenez-vous, le self et ses pâtes trop ou pas assez cuites accompagnées de ses steaks orange. Ici, il n'en est rien ! Les RU de Nantes sont des quatre étoiles (pas chers) de la restauration étudiante ! Situés sur les campus (et en centre-ville), ils vous proposent différentes formules (traditionnelles ou diversifiées) comprenant un plat, une entrée et/ou un dessert pour seulement 2,90 euros. Et pour couronner le tout, le RU est ouvert le soir !

Allo ? 02 40 37 13 13 | www.crous-nantes.fr

Petite-Hollande marché plus frais sans frais

Le samedi matin, plusieurs occupations s'offrent à vous : rester au lit ou faire vos courses au marché de la Petite-Hollande sur l'Île Gloriette. Des fruits, des légumes ou même un bon matelas, vous trouverez votre bonheur (frais) pour un prix raisonnable, pour peu que vous ayez envie de cuisiner ou de bien dormir. Et si vous êtes d'humeur à papoter, peut-être qu'une mama vous cédera sa recette du Mafé. Tous les ingrédients sont réunis pour un week-end réussi !

L1 arrêt : Médiathèque

ASEF panier de survie

L'Association pour la Solidarité Étudiante en France (ASEF) vient à la rescousse des étudiants les plus précaires. Elle ne résout pas tous vos problèmes financiers, mais elle propose des paniers alimentaires pour 1 euro seulement. Chaque semaine, faites le plein de riz, pâtes, produits laitiers, viandes, fruits, légumes, desserts, etc. L'association fait confiance aux demandeurs et n'exige aucune justification de leur part. Une bonne raison de jouer le jeu.

Allo ? 06 16 94 42 04 | www.asef.fr

ARMAND | AMAP | 16:23



PIERRE-YVES | INTERLUDE | 12:15



NATHALIE | SECOURS POPULAIRE | 15:02



ARNAUT | ARAIS | 11:48



Acteurs de la ville

AMAP

abonnez-vous aux légumes !

Retirez un maillon de la chaîne, consommez autrement et échangez dans votre quartier ! Avec l'AMAP (Association pour le maintien de l'agriculture paysanne), engagez-vous avec un producteur pendant un an. Une fois par semaine, vous vous délecterez d'un panier de légumes frais et vous rencontrerez vos voisins en parlant « cuisine ». Cependant, les légumes, c'est tendance, vous serez donc parfois inscrits sur liste d'attente.

Allo ? 02 40 75 02 91 | amap.org

Secours Populaire

allo, j'ai faim

Le Secours Populaire a pour objectif « d'agir contre la pauvreté et l'exclusion en France et dans le monde ». Depuis 64 ans (et oui, s'engager et se battre, ça conserve), l'association aide les plus démunis dans leurs démarches et peut leur procurer des hébergements d'urgence, des habits et surtout de la nourriture. En cas d'urgence, évitez donc la vieille méthode du pain + dentifrice pour vous couper la faim et passez au Secours Pop'. Il est là pour vous.

Allo ? 02 40 74 48 41

www.spf44.org

Interlude

le restaurant low cost

Crée il y a plus de 20 ans par un groupe de chômeurs en difficulté, l'Interlude est un restaurant associatif. Le but : proposer un emploi dans la restauration à des chômeurs longue durée afin de les réinsérer dans la vie professionnelle. Le résultat, un restaurant accessible à tous avec des menus (variant tous les jours) allant de 7,10 euros à 15,50 euros. Les demandeurs d'emploi bénéficient eux de tarifs préférentiels. À l'interlude, tout le monde est gagnant !

Allo ? 02 40 93 13 12

www.interlude.asso.fr

Arais

votre copilote de la consommation

Si vous désirez savoir ce qu'il y a dans votre panier, l'association Arais met à disposition le guide la consommation responsable. Avec ce dernier, vous apprendrez d'où proviennent vos produits et quels sont les avantages à consommer durablement. Le guide vous permettra aussi de vérifier si vos achats correspondent bien à vos principes. Connectez-vous au site Internet de l'association et « téléchopper » le, comme disent les jeunes. Pour une fois que vous avez le droit.

Allo ? 02 51 82 33 86 | www.arais.fr

LES MARCHÉS

Tous les jours de 7h30 à 13h (sauf lun) :

Talensac

place Talensac
(y compris bio)

L2 arrêt : 50-Otages / L3 arrêt : Viarme
bus 12, 32, 52 arrêt : Talensac

Mardi matin :

Américains

boulevard des Américains 44300 Nantes
L3 arrêt : Ste-Thérèse
bus 12, 32 arrêt : Américains

Jean-Macé

boulevard de la Liberté 44100 Nantes
bus 21, 45, 70 arrêt : Jean-Macé

Mercredi matin :

Bouffay

marché bio
place du Bouffay
L1 : Bouffay

Châtelets

place Esnault des Châtelets 44200 Nantes
L2, L3 / bus 24, 27, 28, 29, 36, 42, 94, 98
arrêt : Pirmil

Ralliement

place du Ralliement
L1 arrêt : Hôpital-Bellier
bus 11, 12 arrêt : Dalby

Jeudi matin :

Pont du Cens

rue Chanoine-Poupard 44300 Nantes
bus 25, 72, 86 arrêt : Chauvinière

Sainte-Anne

place des Garennes 44100 Nantes
L1 arrêt : Du Chaffault
bus 45 arrêt : Garennes

Zola

place Zola 44100 Nantes
L1 arrêt : Égalité
bus 11, 23, 24, 70 arrêt : Zola

Vendredi matin :

Marrière

rue de la Marrière 44300 Nantes
bus 21, 23, 70 arrêt : rond point de Paris

Samedi matin :

Dervallières

place des Dervallières 44100 Nantes
bus 22 arrêt : St-Laurent
bus 56 arrêt : Raoul-Dufy

Petite-Hollande

place de la Petite-Hollande
L1, L2, L3 arrêt : Commerce

Saint-Joseph de Porterie

place Saint-Joseph 44300 Nantes
bus 22, 72, 76 arrêt : Moulin Porterie

Dimanche matin :

Doulon

place du Vieux Doulon 44300 Nantes
bus 12, 48, 82 arrêt : Vieux-Doulon

LES PANIERS DE LÉGUMES

AMAP

Association Pour le Maintien de l'Agriculture Paysanne
À Nantes, 19 AMAP réparties dans tous les quartiers de la ville sont prêtes à vous accueillir. Sur www.amap44.org, vous trouverez toutes les infos concernant ce mode de consommation à la fois sain et militant. De la question de l'inscription à celle de la création, toutes vos questions trouveront réponse. Attention ! Victimes de leurs succès, certaines AMAP ne peuvent, pour le moment, que vous inscrire sur liste d'attente.

LES FJT

Porte Neuve (Viarne)

1 place Sainte-Elisabeth
44000 Nantes
T. 02 40 20 63 63
fjt.porteneuve@anfjt.asso.fr
L3 arrêt : Jean-Jaurès

Port Beaulieu (Beaulieu)

9 boulevard Vincent-Gâche
44200 Nantes
T. 02.40.12.24.00.
fjt.portbeaulieu@anfjt.asso.fr
L2, L3 arrêt : Vincent-Gâche

L'Embarcadère (Dobrée)

1 rue de Gigant
44100 Nantes
T. 02 40 73 41 46
www.edit-nantes.fr
L1 arrêt : Chantiers Navals
bus 21, 23, 24, 56 arrêt : Édif de Nantes

LES RESTAURANTS UNIVERSITAIRES

CROUS

T. 02 40 37 13 13
www.crous-nantes.fr

Bon, pas cher, tout près ! Pour les étudiants. Repas complet à 2,90 euros maxi. Vente des tickets à l'unité ou par carnet de 10 dans les RU, les CLOUS et au CROUS. Restauration traditionnelle (ticket seulement) : entrée + plat + dessert. Restauration diversifiée : brasserie, grill, pizzeria, crêperie... (ticket ou espèces). 2 éléments : entrée + plat ou plat + dessert. Les Cafétérias sur les campus ou au sein des RU : petit-déjeuner, friandises et restauration rapide (sandwiches, paninis, quiches, pizzas, salades...).

Ouvert le midi, du lun au ven

Campus Atlantech-Chantrerie

La Chantrerie
4 rue Christian-Pauc 44300 Nantes
bus 72, 76 arrêt : Chantrerie

Restaurant de l'École Vétérinaire

École Vétérinaire
3 route de Gachet 44300 Nantes
bus 72, 76 arrêt : École Vétérinaire

Restaurant de la Fleuriaye

2 avenue du Pr Rouxel 44470 Carquefou
bus 76, 95 arrêt : Fleuriaye

Campus centre ville Le Grill Chanzy

1 rue Henri-Lasne
bus 22 arrêt : Cambronne
Le Restaurant de l'ENITIAA
rue de la Géraudière 44300 Nantes
L2 arrêt : Recteur Schmitt

Ouvert midi et soir (sauf ven soir)

Campus Droit - Lettres Le Tertre

4 route de la Jonelière 44300 Nantes
L2 arrêt : Facultés

Campus Sciences La Lombarderie

30 rue de la Haute Forêt 44300 Nantes
L2 arrêt : Michelet Fac de Sciences

Campus Médecine Le Ricordeau

1 place Alexis-Ricordeau
L2, L3 arrêt : Hôtel-Dieu

ouvert aussi le vendredi soir et le samedi midi

Le Rubis

2 route de la Jonelière 44300 Nantes
L2 arrêt : Facultés

EN-CAS DE GALÈRE !

Fonds de Solidarité Universitaire

Tout au long de l'année, le CROUS accorde des aides financières exceptionnelles pour les étudiants en difficulté. Sur avis d'une commission.
T. 02 40 37 13 13

ASEF

dépannage pour étudiant fauché
36 rue des Landes 44300 Nantes
T. 06 22 17 77 72 (Aziz)
L2 arrêt : Bourgeonnière
Une semaine de repas pour 1 euro symbolique sur présentation de la carte d'étudiant
Pendant l'année universitaire : jeu 18h - 19h30

DIVERSES AIDES

Secours Populaire Français

163 rue Paul Bellamy

T. 02 40 74 48 41

contact@spf44.org

lun - ven : 9h - 12h / 14h - 17h

L2 arrêt : Saint-Félix

bus 12, 32, 52 arrêt : Le Goffic

Sur justificatif, pour les personnes au RMI, en très grande précarité ou sans papiers : 1 colis alimentaire par mois, petite participation de 1 à 3 euros.

Croix-Rouge Française

13 place Trébuchet

T. 02 40 74 66 82

www.croix-rouge.fr

lun - ven : 14h - 17h

L1 arrêt : Gare SNCF

bus 11, 12, 21, 23 arrêt : Trébuchet

Colis alimentaires selon ressources, aide vestimentaire, assistance financière...

Secours Catholique

98 rue Gambetta

T. 02 40 74 00 70

lun, mar, jeu : 9h - 12h

(horaires sous réserve selon vacances scolaires)

L1 arrêt : Gare SNCF

bus 11, 12, 21, 23 arrêt : Trébuchet

Tout public en précarité sur examen du dossier : accueil écoute, distribution de chèques services pour l'alimentaire, aides diverses...

Un Brin de Causette

1 bis rue Sarrazin

T. 02 40 20 31 79

Tous les jours : 7h - 11h

L3 arrêt : Jean-Jaurès

bus 12, 32, 52 arrêt : Cirque Marais

À partir de 18 ans.

Petit déj' et panier-repas offerts.

Société Saint-Vincent de Paul

Conseil départemental

115 boulevard de la Liberté 44100 Nantes

T. 02 51 80 97 25

mar - jeu : 14h30 - 16h sur RDV

L1 arrêt : Égalité

bus 70 arrêt : Cabrol

Orientation via les centres sociaux ou démarche spontanée. Aide vestimentaire et alimentaire (lien avec la banque alimentaire).

Restaurant Interlude

106 boulevard des Belges 44300 Nantes

T. 02 40 93 13 12

www.interlude.asso.fr

bus 52, 70 arrêt : Lemoine

Le Local - ADDA

Association pour développement durable par l'alimentation.

1 Bis rue Basse-Creuse

T. 09 51 46 62 31

www.adda.asso.fr

L2 arrêt : Motte-Rouge

Local épicerie, de cuisine et de restauration.

Amitié SIDA

214 boulevard Robert-Schuman 44300 Nantes

T. 02 40 94 33 33

lun : 17h30 - 22h

mar, jeu, ven : 14h30 - 17h30

bus 32 arrêt : La Close

Pour les personnes séropositives et leurs familles. Accueil, soutien, distribution de colis alimentaires avec petite participation.

LES RESTOS DU COEUR

Centre départemental

(ne fait pas de distribution)

5 rue de la Garde 44335 Nantes

T. 02 28 23 51 51

bus 83 arrêt : Trecar

lun - ven : 9h - 12h / 14h - 17h

www.restosducoeur44.org

Ouvert à tous selon ressources. Toute l'année distribution de colis et de denrées alimentaires. Deux périodes : l'hiver, de décembre à mars, et à l'intersaison, d'avril à novembre, où les quantités distribuées sont nettement plus limitées.

Pour la distribution

Centre de Nantes Roch

43 boulevard Gustave-Roch

T. 02 40 35 12 38

bus 42, 52 arrêt : Gustave Roch

Fermé en août

Centre de Dalby

7 bis rue des Stocks

T. 02 40 37 07 93

L1 arrêt : Moutonnerie

bus 12 arrêt : Marcel-Hatet

Fermé en juillet

RÉSERVÉ AUX SDF

Restos du Cœur « Car du cœur »

place de la Petite-Hollande : 20h15 - 21h

L1, L2, L3 arrêt : Commerce

marché de Talensac : 21h30 - 22h45

L2 arrêt : 50-Otages

L3 arrêt : Viarme - Talensac

lun au ven de nov. à avril : soupe chaude, sandwichs, boissons chaudes

ET AUSSI :

Plate-forme Internet autour de la consommation responsable sur l'agglomération Nantaise.

www.arais.fr

PLAQUETTE ÉDITÉE PAR LA VILLE :

• Carte des producteurs/vendeurs de Nantes Métropole

"AGIR + LES RESTAUS DU COEUR

On peut tous un jour se retrouver dans le besoin... Alors pour les plus démunis d'entre nous, il y a parfois des portes à pousser, comme celle des Restos du cœur. À Nantes, cinq centres peuvent vous dépanner tout au long de l'année, quelles que soient vos ressources. Les quantités distribuées étant plus importantes durant l'hiver, entre le mois de décembre et le mois de mars. Les Restos du cœur ayant constamment besoin de bénévoles, n'hésitez pas à y revenir, ne serait-ce que pour vous rendre utile...

02 28 23 51 51 | www.restosducoeur.org

ALLONANTES 02 40 41 9000
www.nantes.fr





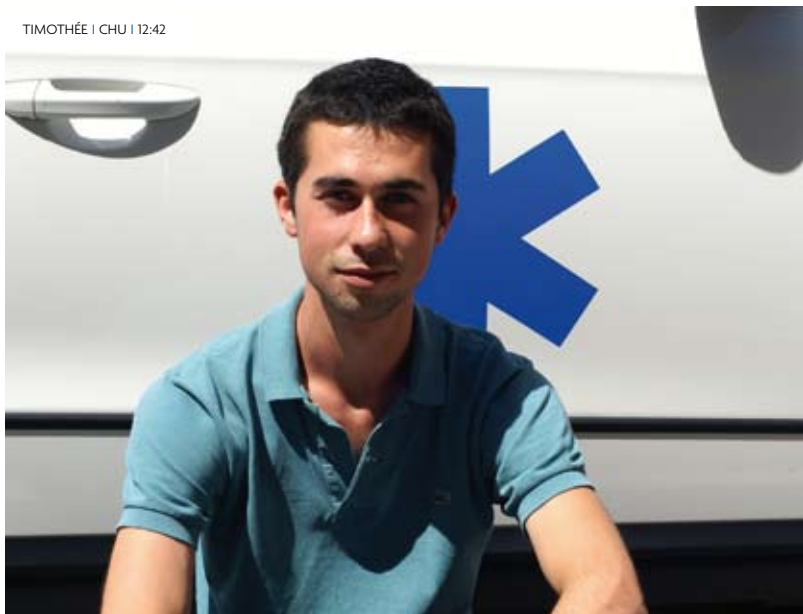
S E SOIGNER **SANS STRESSER** **Une idée, un bon plan**

Couverture Maladie Universelle, Santé !

Sortez couverts !

“ Lorsque j’ai arrêté mes études, je n’avais pas de travail. Je me suis retrouvé sans couverture maladie. Je savais que j’avais droit à la Couverture Maladie Universelle qui prend en charge les frais de santé. En cherchant plus loin, j’ai appris l’existence de la CMU complémentaire qui, en plus, permet de ne pas avancer d’argent et me rembourse totalement. J’ai fait une demande auprès d’une caisse d’assurance. Il fallait remplir un formulaire, fournir une déclaration de ressources annuelles et choisir un médecin traitant. Je suis passé par lui pour chaque problème de santé, mais je le trouvais trop rigide. Un jour, j’en ai consulté un autre qui habitait près de chez moi et qui est plus « diplomate ». Grosse erreur ! J’ai dû payer une partie des frais car je n’avais pas respecté le « parcours de soins ». Comme je préférais ce médecin, j’ai juste changé de médecin traitant. Du moment que je passe par lui, je peux aller voir des spécialistes et être entièrement couvert. J’en profite pour dire à tous les futurs bénéficiaires que tous les médecins sont obligés de l’accepter, contrairement à ce que disent certains. Et vous n’avez pas à avancer de frais ! ”

TIMOTHÉE | CHU | 12:42



BRICE | SUMPPS | 10:23



ARMEL | PLANNING FAMILIAL | 15:07



Si vous arrivez à Nantes, commencez par là !

CHU

passé, passe le soin

Le saviez-vous ? Le Centre Hospitalier Universitaire (CHU) dispose d'une Permanence d'Accès aux Soins de Santé (la Pass). Le service consiste à prendre en charge les personnes les plus démunies. Les sans-papiers, les SDF et aussi... les jeunes y sont accueillis sans rendez-vous. Des personnes compétentes vous conseilleront sur votre santé et sur les démarches à entreprendre pour, entre autres, avoir une couverture maladie. De plus, le Pass peut vous avancer des médicaments.

Allo ? 02 40 08 42 16 | www.chu-nantes.fr

SUMPPS

« Viens voir le docteur »

L'université prend soin de ses étudiants ! Les nouveaux inscrits à la fac de Nantes ont droit à une visite médicale, mais pas seulement ! Grâce au SUMPPS (Service Universitaire de Médecine Préventive et de Promotion de la Santé), ceux qu'ils le désirent peuvent consulter un médecin, un gynécologue ou un psychologue, et tout ça gratuitement. Attention, comme son nom l'indique, le service ne propose pas de soins, il reste préventif !

Allo ? 02 40 37 10 50

www.univ-nantes.fr/sumpps

Planning Familial

question pour un champion

En cas de pépin sexuel (rapport non protégé, panne, grossesse non désirée, etc.), il est parfois délicat de demander conseil à des proches. De plus, ceux-ci ne sont pas toujours assez informés pour vous aiguiller. Pour cela, il y a le Planning Familial. Qu'importe votre âge ou votre sexe, vous y serez reçu en toute confidentialité. Les conseillères et les médecins présents répondront à toutes vos interrogations et vous aideront en cas de problèmes. Une bonne occasion de faire son test VIH.

Allo ? 02 40 20 41 51

www.planning-familial.org



HÉLÈNE | MAISON DES ADOLESCENTS | 14:12



YVES-MARIE | CPAM | 09:32



MARGAUX | CPCT | 19:02



TRISTAN | CAPS | 10:48

Acteurs de la ville

Maison Départementale des Adolescents

teenage Angst ?

Parce que les problèmes adolescents ne se limitent pas à ceux des personnages d'*American Pie*, le département s'est doté d'une Maison des Adolescents, située à Nantes. Si vous avez entre 11 et 21 ans et que vous avez besoin de parler à une personne extérieure, quel que soit le sujet, des professionnels seront là pour vous écouter et vous accompagner. Cela peut prendre la forme de soins, d'une aide aux démarches juridiques ou d'un accompagnement plus général. Bien sûr, ce service est gratuit et anonyme.

Allo ? 02 40 20 89 65 | www.mda44.fr

CPCT

c'est cher, docteur ?

La psychanalyse n'est plus une « poubelle de l'âme » réservée aux gens aisés. Avec le CPCT (Centre Psychanalytique de Consultations et de Traitement), elle est accessible à tous, même aux plus démunis. Bien sûr, le travail effectué sur le patient est beaucoup plus court qu'une psychanalyse classique (un maximum 19 séances), mais le tout est entièrement gratuit et s'adresse à tous (adultes, jeunes, jeunes adultes...). Cela vous changera des conseils de vos amis du genre « Tu n'as qu'à penser à autre chose » !

Allo ? 02 51 13 53 52

CPAM (Médiation)

peace and health

Pas la peine de s'énerver ! La CPAM (Caisse Primaire d'Assurance Maladie) vous propose un service de conciliation en cas de conflit avec elle. Si une décision vous paraît injuste, une conciliatrice indépendante étudiera votre dossier avec impartialité. Tout le monde peut y faire appel et le résultat de la délibération vous sera donné 21 jours après l'étude de votre cas. Le but est bien sûr d'éviter un long conflit. Alors, on fait la paix ?

Allo ? 0 820 904 187

CAPS

allo maman, bobo !

Tout le monde le sait, les Urgences sont régulièrement surchargées. En cas de « bobos » ou de problèmes ne nécessitant pas d'hospitalisation, le CAPS (Centre d'Accueil et de Permanence de Soins) fait largement l'affaire. Des médecins généralistes vous y auscultent même les week-ends et les jours fériés. Cette maison médicale de garde vous fournit exactement les mêmes soins que ceux des Urgences, alors n'hésitez pas !

Allo ? 15



Acteurs de la ville

Tabac

t'aurais pas un patch ?

On la glisse entre ses lèvres, on l'allume en écoutant les crépitements de la première taffe, puis on la retire tout en regardant le nuage de fumée recrachée se propager dans l'air. Une bonne clope, c'est si bon ! Sauf qu'en y réfléchissant, c'est infect ! Vous viendrait-il à l'idée d'inhaler la fumée d'un barbecue ? Non, pourtant c'est le même principe ! Alors, si l'on ne veut pas finir comme Dark Vador, on va faire un tour à l'unité de coordination de tabacologie du CHU pour se faire aider.

Allo ? 02 40 16 52 37

www.chu-nantes.fr

Cannabis

green days

42,2 % des jeunes de 17 ans ont expérimenté le cannabis et 7,3 % sont des consommateurs réguliers. Partant de là, tout le monde connaît ce stupéfiant ou des personnes qui en consomment. Vous savez aussi que, malgré le fait qu'il soit considéré comme une drogue douce, il est dangereux et... illégal ! Il y a donc un temps pour tout, même pour arrêter. Au CHU, l'accueil Rabelais est là pour vous écouter ou simplement vous informer. C'est à vous de faire le premier pas.

Allo ? 02 40 84 61 16

Alcool

point trop n'en bourre

37 000 morts par an, quand même ! À coups de cancers, cirrhoses ou accidents de la route, l'alcool éradique chaque année l'équivalent d'une ville comme Bastia. De plus, l'abus de certains breuvages provoque régulièrement des regrets. En effet, ce n'est pas parce que certaines bières sont fabriquées dans des monastères qu'elles diffusent la bonne parole ! Pour ceux qui désirent savoir où ils en sont par rapport à ça, il y a l'Office Central d'Hygiène Sociale.

Allo ? 02 40 84 61 16

www.alcoologie.org

Mdma, cocaïne, héroïne

la poudre aux yeux

Tout ce qui monte redescend. Dans le cas des drogues dures, la descente est souvent compliquée. En effet, il est beaucoup plus facile d'y entrer (3,3 % des jeunes de 17 ans ont déjà expérimenté la cocaïne) que d'en sortir. S'il n'y a pas de remède miracle, il est toujours mieux d'être accompagné. Vous avez besoin de parler ou de vous faire aider ? L'association Le Triangle, parmi d'autres structures, apporte ses soins aux toxicomanes.

Allo ? 02 40 48 48 58

URGENCES

Urgences médicales - Samu : 15
Pompiers : 18
Numéro d'urgence Européen : 112
Centre Anti-poison : 02 41 48 21 21

CHU

Centre Hospitalier Universitaire
Quai Moncoustou
T. 02 40 08 33 33
L2, L3 / bus 24, 56 arrêt : Hôtel-Dieu

Pour les plus démunis

La consultation médico-sociale du CHU

5 rue du Pr. Yves-Boquien
Bâtiment Tourville
T. 02 40 08 42 16
L2, L3 / bus 24, 56 arrêt : Hôtel-Dieu

SOS Médecins

T. 02 40 50 30 30
7j/7, 24h/24
Remboursé au tarif sécu

CAPS

Centre d'Accueil et de Premiers Soins
5 rue du Pr. Yves-Boquien
Bâtiment Tourville
Faire le 15, qui réoriente
lun - ven : 20h - 00h
sam : 14h - 00h
dim + fériés : 9h - 00h
L2, L3 / bus 24, 56 arrêt : Hôtel-Dieu

PRÉVENTION JEUNES

ADELIS - L'Ancre

3 rue Dugast-Matifeux
T. 02 40 14 54 44
Sans RDV :
lun - jeu : 15h - 17h30 / ven : 15h - 16h30
Le reste du temps sur RDV
L1 arrêt : Duchesse Anne
L4 arrêt : place Foch
bus 11, 12, 21, 23 arrêt : Trébuchet

CDAG

Centre de Dépistage Anonyme et Gratuit du VIH
et hépatite (sur RDV)
5 rue du Pr. Yves-Boquien
Bâtiment Tourville
T. 02 40 08 31 19
lun - ven : 9h - 17h
sf mar / jeu : 18h00
L2, L3, bus 24, 56 arrêt : Hôtel-Dieu

MAL DE VIVRE

Maison départementale des adolescents

19 rue Racine
T. 02 40 20 89 65
lun - sam : 13h - 18h
L1 arrêt : Médiatèque
bus 11 arrêt : Graslin
Accueil gratuit et confidentiel des jeunes de 11 à 21 ans.

Espace Écoute Jeunes

8 allée Baco
T. 02 40 47 71 28
lun - ven : 15h - 19h
fermé le mar
L2, L3 / bus 24, 56 arrêt : Hôtel-Dieu
Écoute téléphonique et accueil gratuit et
anonyme sur place.

DÉPENDANCES

Services addictologies du CHU

Accueil Rabelais

85 rue St-Jacques
Bât. Louis Philippe / Rdc
T. 02 40 84 61 16
lun - ven : 9h - 17h (sur RDV)
L2, L3 arrêt : Pirmil
Alcoolisme, Toxicomanie...

Espace Barbara

9 bis rue de Bouillé
T. 02 40 20 66 40
lun - ven : 9h - 17h (sur RDV)
L2 arrêt : St-Mihiel
Dépendances sans produits : troubles du comportement
alimentaire, accros aux jeux, achats compulsifs...

Tabac

Unité de coordination tabacologique

2 lieux sont à votre disposition pour tous problèmes concernant le tabagisme.

T. 02 40 16 52 37

CHU Hôtel-Dieu

1 place Alexis-Ricordeau

L2, L3 \ bus 24, 56 arrêt : Hôtel-Dieu

Consultation tabacologie

Hôpital Laënnec (Dr Aubin)

boulevard Jacques-Monod

44093 Nantes cedex 1

bus 93 arrêt : Hôpital Laënnec

Drogue

Association Le Triangle

18 rue de Bouillé

T. 02 40 48 48 58

le.triangle@wanadoo.fr

lun - ven : 9h - 13h / 14h - 18h (16h - 18h le mar)

L2 arrêt : St-Mihiel

Antenne jeunes T. 02 40 20 43 04

sur RDV mer et ven : 14h - 18h

L'Acôthé

39 rue Léon-Jamin

T. 02 51 72 06 59

lun et mer : 14h - 18h / mar : 10h - 12h30

jeu : 11h - 18h

L3 arrêt : Viarme

Drogue Info Service :

0 800 23 13 13 - 24h/24

Écoute Cannabis :

0 811 91 20 20 - 7j/7 de 8h à 20h

www.drogues.gouv.fr

Alcool

Centre Alcoologie

Siège social

17 rue Arsène-Leloup

T. 02 40 73 12 18

lun - ven : 9h - 12h30 / 13h30 - 17h

Nantes Centre ville

1 rue Montaudouine

T. 02 40 73 38 33

L1 arrêt : Médiathèque

Nantes Nord

62 rue Georges-Lafont

T. 02 40 40 97 96

L3 arrêt : Beauséjour

ANPAA

Association Nationale de Prévention en Alcoologie et Addictologie.

13 rue Contrescarpe

T. 02 40 08 08 11

www.anpaa.asso.fr

lun - ven : 9h - 13h / 14h - 17h30 sauf ven : 17h

L1, L2, L3 arrêt : Commerce

Alcooliques Anonymes

42 rue des Hauts-Pavés

T. 02 40 37 91 91

L3 arrêt : Poitou

Écoute téléphonique 24h/24 et groupes de rencontres le sam de 14h à 18h.

Aide téléphonique anonyme

17 rue Arsène-Leloup

T. 02 40 73 49 25

lun - ven : 9h - 12h30 / 13h30 - 17h

Écoute Alcool :

0 811 91 30 30 - 7j/7 de 14h à 02h

SEXUALITÉ

Sida Info Service

T. 0 800 840 800

7j/7 - 24h/24

www.sida-info-service.org

Planning Familial (CPEF)

Centre de Planification et d'Éducation Familiale au Mouvement Français pour le Planning Familial (pas d'IVG).

16 rue Paul-Bellamy (1^{er} étage)

T. 02 40 20 41 51

lun : 9h - 18h / mer : 9h - 19h

jeu : 9h - 12h30 / 14h - 18h

ven : 9h - 12h / 14h - 18h

L2 arrêt : 50-Otages

bus 12, 32, 52 arrêt : Talensac

Centre de planification et d'éducation familiale et centre d'interruption volontaire de grossesse

38 boulevard Jean-Monnet

1^{er} étage (maternité)

T. 02 40 08 49 69

lun - ven : 8h30 - 17h

mer : 8h30 - 18h30

L2, L3 arrêt : Aimé-Delrue

Clotilde Vautier

Centre de consultation clinique

Jules Verne (2^e étage)

46 boulevard Grandjouan

44300 Nantes

T. 02 51 17 14 83

lun - ven : 8h30 - 17h (sauf mardi)

L1 arrêt : Haluchère

Médecins Du Monde

Accès au soin, accompagnement médical, social et psychologique auprès de personnes en précarité.

Consultation médicale sans RDV (sauf consultation psychologique) les lun et jeu de 14h à 17h, gratuit.

33 rue Fourré

T. 02 40 47 36 99

www.medecinsdumonde.org

L4 arrêt : Cité des congrès

AIDES

20 rue Baron

T. 02 40 47 99 56

www.aides.org

Accueil : mer 14h - 17h

Permanences téléphoniques :

lun - jeu : 10h - 13h / 14h - 17h (sauf le mar matin)

L2, L3 arrêt : Aimé-Delrue

Lutte contre le sida, les IST et les hépatites

ÉTUDIANTS

SUMPPS

Maison des services universitaires

110 boulevard Michelet 44300 Nantes

T. 02 40 37 10 50

www.univ-nantes.fr

lun - ven : 8h30 - 17h30

L2 arrêt : Michelet

Accès gratuit RDV gynéco, psycho et psy, pour les étudiants de l'Université.

Service social et prévention.

MUTUELLES

SMEBA

Sté Mutualiste des Etudiants de Bretagne

Atlantique et centre de sécurité sociale

7 allée Duguay-Trouin

T. 02 40 35 90 90

www.smeba.fr

lun : 14h - 18h, mar - jeu : 10h - 18h

ven : 10h - 17h

L1, L2, L3 arrêt : Commerce

LMDE

La Mutuelle des Étudiants

Écrire à : LMDE

CS 60 718 35 207 Rennes cedex 2

LMDE Permanence téléphonique :

3260 dites LMDE

Accueil Nantes

1 rue Pierre-Chéreau

lun - ven de juil. à nov. :

10h - 12h30 / 13h30 - 18h

ven de déc. à juin : 10h - 13h

L3 arrêt : Bretagne

Harmonie Atlantique

Sur présentation de la carte, le tiers payant vous permet de ne pas avancer d'argent dans les maisons de la mutualité et dans le réseau de santé mutualiste Harmonie Soins & Services (cliniques, maternités, opticiens, dentistes audioprothésistes, etc).

T. 02 40 41 19 19

www.harmonie-atlantique.fr

ADMINISTRATION

Mission santé publique de la Ville de Nantes

Manufacture

11 boulevard Stalingrad

T. 02 40 41 90 27

www.nantes.fr

lun - ven : 8h30 - 18h

L1 arrêt : Manufacture

Favoriser la prévention et la promotion de la santé en développant l'information et la sensibilisation, l'éducation pour la santé.

SOLIDARITÉ

Pour les démarches CMU

Caisse Primaire d'Assurance Maladie

Antennes CPAM Beaulieu.

9 rue Gaëtan-Rondeau 44200 Nantes

T. 0 820 904 187

www.nantes.ameli.fr

lun - ven : 8h - 17h

bus 24, 31, 52, 58 arrêt : Rondeau

La PASS

Permanence d'Accès aux Soins de Santé.

5 rue du Pr. Yves-Boquien

CHU Bâtiment Tourville

T. 02 40 08 42 16

Sans RDV à partir de 13h45

L2, L3 \ bus 24, 56 arrêt : Hôtel-Dieu

Centre Psychanalytique de Consultations et de Traitements (CPCT)

31 rue des agenêts

T. 02 51 13 53 52

bus 70 arrêt : Chambelles

Médecins du Monde

contacts : voir rubrique sexualité

T. 02 40 47 36 99

« Soignent ceux que le monde oublie peu à peu. »

Croix-Rouge Française

Délégation locale de Nantes

13 place Sophie-Trébuchet

T. 02 40 74 66 82

www.croix-rouge.fr

lun - ven : 14h - 17h

L1 / bus 12 arrêt : gare SNCF

12 délégations locales et 2 antennes, développement de l'alphabétisation, aide vestimentaire et alimentaire.

BON A SAVOIR

Plateforme Télésanté Pays de la Loire

Les gardes des professionnels de santé par département, le soir, le week-end, les jours fériés.

www.telesante-paysdelaloire.fr

PLAQUETTES ÉDITÉES PAR LA VILLE

- Guide pour les aidants familiaux de malades d'Alzheimer
- 10 défibrillateurs à la disposition du public

'AGIR + DON DU SANG

En France, près de 8 800 dons par jour sont nécessaires. Alors, si vous sentez que vous avez un petit surplus d'hémoglobine, évitez la bonne vieille saignée et faites plutôt un don de sang. La transfusion sanguine est vitale dans le traitement de nombreuses pathologies (leucémie, cancer...). Votre sang peut donc sauver des vies. Alors, on n'hésite pas, c'est vite fait et, en plus, on a droit à un petit sandwich en sortant.

www.dondusang.net | www.nantes.fr

ALL●NANTES 02 40 41 9000
www.nantes.fr



SE FORMER

TROUVER SA VOIE

Une idée, un bon plan



L'apprentissage, un pied dans l'emploi...

...et un emploi sous le pied

“ J’ai arrêté le collège après la 4^{ème}. J’ai commencé à faire des stages, dont un dans les travaux publics qui m’a vraiment plu. Je me suis donc lancé dans l’apprentissage, avec un contrat de deux ans dans une entreprise qui fait de l’aménagement de voirie, de la pose de bordures, de pavés, de dalles... Le premier mois était pénible, au niveau physique. Maintenant, je connais bien les personnes, le travail. J’ai pris le rythme et je prends des initiatives. Mes collègues sont plus âgés que moi, ça me fait grandir, même si on manque un peu de filles... Je passe une semaine par mois à l’école. C’est une vraie coupure, je peux me lever plus tard qu’au travail, c’est plus reposant. Je suis content d’y aller maintenant... Ça fait bizarre de dire ça, d’ailleurs (rires). Mes cours sont en rapport direct avec mon travail. J’ai enfin l’impression d’apprendre quelque chose. Après mon CAP, je pense faire un Bac Pro, histoire de gravir les échelons. Avec mon entreprise, il y a des possibilités pour partir à l’étranger, ça me tente. Pour moi, le travail, c’est le plein air ! Si je pouvais reprendre un parcours scolaire « classique », je ne le ferais pas. Le chemin que j’ai pris, c’est un vrai choix. ”



Si vous arrivez à Nantes, commencez par là !

VAE « I did it my way »

Dans leur parcours professionnel, certains passent par les études, d'autres non. Cependant, à connaissances égales, les deux « écoles » ne sont pas reconnues ou payées de la même manière. Pour ceux qui ne sont pas passés par la case « université », mais qui sont insérés dans le monde du travail (depuis au moins trois ans), il existe la Validation des Acquis de l'Expérience. Pour cela, vous devez monter un dossier et passer devant un jury afin de (peut-être) obtenir le diplôme qui correspond à vos aptitudes. N'hésitez plus !

Allo ? 02 40 99 83 83 | www.univ-nantes.fr

DAEU

seconde chance

Vous avez arrêté vos études prématurément et aujourd'hui vous regrettez ce choix ? Rien n'est perdu ! Avec le Diplôme d'Accès aux Etudes Universitaires, vous allez pouvoir préparer un diplôme national équivalant au bac et qui vous ouvrira les portes de l'enseignement supérieur. Au programme, un an de formation adaptée à votre situation (cours du soir, à distance...). Deux filières existent (littéraire ou scientifique) et sont accessibles librement à partir de 24 ans ou à partir de 20 ans mais sous certaines conditions.

Allo ? 02 51 25 07 25

www.fcont.univ-nantes.fr

BAFA

vacances animées

Le BAFA est accessible dès 17 ans et vous permet d'encadrer, à titre non professionnel, des enfants et des adolescents, en centre ou en colonie de vacances. La formation se compose de trois stages d'une durée de huit, quatorze et six jours. Ils doivent être effectués dans un délai de trente mois maximum pour être validés et examinés par le jury final de la D.R.D.J.S., qui se réunit trois fois par an. Faites un tour sur leur site pour consulter les différents centres de formation (et leurs tarifs).

Allo ? 02 40 52 44 44

[www.drdjs-pays-de-la-loire.](http://www.drdjs-pays-de-la-loire.jeunesse-sports.gouv.fr)

jeunesse-sports.gouv.fr

THIBAUT | CIO | 09:46



RAPHAËL | GRETA | 22:14



CAMILLE | CCI | 19:02



FLORENT | CNED | 13:02



Acteurs de la ville

CIO

orientation ne rime plus avec dépression

S'orienter correctement, faire le bon choix, trouver sa voie... Autant de décisions qui sont souvent difficiles à prendre. Rester seul avec ses doutes n'est pas la bonne solution. Faites plutôt un tour au CIO ! La consultation documentaire est en libre accès, et vous pouvez vous entretenir spontanément avec une conseillère, ou sur rdv pour un suivi personnalisé. En plus, le centre de Beaulieu est un relais Europe qui vous renseignera sur la poursuite d'études à l'étranger.

Allo ? 02 40 94 00 12

<http://cio44.ac-nantes.fr>

CCI

paré-e à travailler

Ce n'est pas un scoop. Il est difficile de comprendre ce que le marché du travail attend de nous. Heureusement, la Chambre de Commerce et d'Industrie fait le lien entre nous et les entreprises. Elle propose des formations adaptées aux besoins du marché. Si, par exemple, vous venez de finir vos études ou que vous êtes à la recherche d'un emploi, vous pouvez bénéficier d'un cursus encadré par des professionnels et obtenir un diplôme qui vous rendra encore plus opérationnel.

Allo ? 02 40 44 42 00

www.formation-cci.com

GRETA

gar-bossera mieux

Vous êtes entré dans la vie active, mais vous avez encore envie de progresser, de consolider vos acquis à travers une formation complémentaire ou même carrément de vous réorienter... Optez pour le GRETA de Nantes ! Il propose différentes formations continues aux demandeurs d'emplois et aux salariés. L'anglais, l'informatique, la communication ou la gestion n'auront plus de secrets pour vous. Tout comme la vingtaine d'autres domaines de formations proposés.

Allo ? 02.40.14.55.00

www.greta.ac-nantes.fr

CNED

prenez de la distance

C'est pour tous ceux qui ont toujours rêvé d'apprendre à la carte, à leur rythme et surtout... À leur domicile ! De l'écopier jusqu'au chef d'entreprise, en passant par l'étudiant ou le salarié en formation, le CNED dispense à tous les niveaux ses formations en ligne et encore d'autres cours par correspondance. Et si vous faites vos études supérieures par l'intermédiaire du CNED, mutuelle, bourses et carte d'étudiant restent valables ! La distance, cela a parfois du bon...

Allo ? 05 49 49 94 94

www.cned.fr

OÙ S'INFORMER ?

CIO

Centre d'Information et d'Orientation
cio44.ac-nantes.fr
www.onisep.fr

Nantes Beaulieu

MAN 1^{er} étage
2 rue René-Viviani 44200 Nantes
T. 02 40 12 82 50
lun - ven : 9h - 12h30 / 13h30 - 17h
L4 arrêt : île de Nantes
bus 58 arrêt : Palais des sports

Nantes Nord

34 rue du Fresche-Blanc 44300 Nantes
L2 arrêt : École-Centrale
T. 02 40 94 00 12
L2 / bus 25, 83, 72 arrêt : École-Centrale
Auto documentation le mardi matin

Rezé

2 avenue Victor-Fortun 44400 Rezé
T. 02 40 13 11 00
lun au ven : 9h - 12h30 / 14h - 17h
(19h le jeu)
L3 / bus 98 arrêt : Balinière

Région Formation

Information sur la formation professionnelle et
l'apprentissage pour les salariés, actifs ou inactifs,
et demandeurs d'emploi.
T. 0 800 200 303 (N° vert)
www.meformer.org

CARIF-OREF

Centre d'Animation et de Ressources
de l'Information sur la Formation
Espace Horizons
2 square de la Délivrance 44200 Nantes
T. 02 40 20 21 31
www.cariforef-pdl.org
lun - ven : 9h - 12h15 / 14h - 17h30
bus 24, 52 arrêt : Pompidou

SUIO

Service Universitaire d'Information et d'Orientation
110 boulevard Michelet 44300 Nantes
T. 02 40 37 10 00
www.univ-nantes.fr/suio
lun : 13h30 - 17h / mar, mer, jeu : 9h30 - 17h
ven : 9h30 - 12h30
L2 arrêt : Michelet
Permanence téléphonique du mar au ven : 9h - 12h.

DRDJS

Direction Régionale et Départementale de la
Jeunesse et des Sports
avenue François-Broussais 44300 Nantes
T. 02 40 52 44 44
www.drdjs-pays-de-la-loire.jeunesse.sports.gouv.fr
lun - ven : 8h30 - 12h30 / 13h45 - 17h30
L1 arrêt : mairie de Doulon
La DRDJS intervient notamment sur l'insertion sociale et professionnelle des jeunes et l'information jeunesse. Elle délivre les diplômes d'Etat dans le domaine de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport.

CRIJ

Centre Régional Information Jeunesse
Tour Bretagne
T. 02 51 72 94 50
www.infos-jeunes.fr
mar, mer, jeu : 10h - 18h30
ven et sam : 14h - 18h30
L3 arrêt : Bretagne

SE FORMER À L'UNIVERSITÉ

DAEU

Diplôme d'Accès aux Études Universitaires
Bâtiment Ateliers et Chantiers de Nantes
Service de formation continue
2 bis boulevard Léon-Bureau 44200 Nantes
T. 02 51 25 07 31
Formation.continue@univ-nantes.fr
L1 arrêt : Chantiers Navals

LA VALIDATION DES ACQUIS PROFESSIONNELS

Pôle REVAE

Reprise des Études et Validation des Acquis de l'Expérience

110 boulevard Michelet 44300 Nantes

T. 02 40 37 10 35

lun : 13h45 - 17h30

mar : 8h45 - 17h30

mer, jeu : 8h45 - 12h30 / 13h45 - 17h30

ven : 8h45 - 12h30 / 15h45 - 16h

L2 arrêt : Michelet

SE FORMER À TOUT

CCI Formation

4 rue Bisson 44100 Nantes

T. 02 40 44 42 00

www.formation-cci.com

lun - ven : 8h30 - 18h (17h le ven)

L1 arrêt : Gare Maritime

Salon Formathèque

4 jours, 800 formations - Janvier 2010

Parc des Expositions de la Beaujoire

www.formatheque.net

Salon Studyrama

2 jours - les 22 et 23 - janvier 2010

Parc des expositions de la Beaujoire

www.studyrama.com

GRETA

Groupeement d'Établissements Publics

Nantes Services

Centre de formation Nantes Services

21 bd Romanet 44100 Nantes

T. 02 40 14 55 00

www.greta.ac-nantes.fr

lun - ven : 8h30 - 12h30 / 13h30 - 17h30

L1 arrêt : Croix-Bonneau

Les GRETA assurent une mission de service public au bénéfice des demandeurs d'emploi

CNED

Centre National d'Enseignement à Distance

86980 Futuroscope Chasseneuil cedex

T. 05 49 49 94 94

www.cned.fr

Nantes Industrie

16 rue Dufour

T. 02 40 14 56 56

L2 arrêt : Motte-Rouge

BTP

30 rue de la Dutée 44800 Saint-Herblain

T. 02 40 92 99 99

8h - 12h30 / 13h30 - 17h30

L1 arrêt : F. Mitterrand

CFA

Centres de Formation des Apprentis

www.apprentissage.gouv.fr

CIFAM

Chambre de Métiers et de l'Artisanat

de Loire-Atlantique

1 place Jacques-Chesn 

44980 Sainte-Luce-sur-Loire

T. 02 40 18 96 96

www.cm-nantes.fr

bus 77, 78 arrêt : Denis-Papin

métiers de l'alimentation, restauration, automobile, du tertiaire, d'art

CFA des CCI

4 rue Bisson 44100 Nantes

T. 02 40 44 42 00

www.formation-cci.com

lun - ven : 8h15 - 18h

L1 arrêt : Gare-Maritime

CFA de La Salle

14 rue Ballet
T. 02 51 86 36 12
www.cfa-delasalle.com
lun - ven : 8h - 12h30 / 13h30 - 18h
L2 arrêt : St-Félix
(BTS chimiste + BTS contrôle indus.
et régulation automatique)

CFA / CFP

École des Métiers de l'imprimerie de Nantes
76 boulevard des Poilus 44300 Nantes
T. 02 40 50 24 22
www.ecoledulivre.com
lun - ven : 8h - 17h30
bus 70 arrêt : Chambelles

CFA IFOCOTEP

3 boulevard Bâtonnier-Cholet 44100 Nantes
T. 02 40 46 63 13
www.ifocotep.fr
L1 arrêt : Lauriers
CAP, BEP, BAC PRO métiers de la vente + CAP, BP
fleuristerie + CAP poissonnerie
+ BP préparateur en pharmacie

CFA / CFP La Joliverie

141 route de Clisson 44230 Saint-Sébastien
T. 02 51 71 36 20
www.cfpcfa-la-joliverie.com
L4 \ bus 30, 40 arrêt : Joliverie
Secteurs industrie, automatisme, informatique,
tertiaire

CFA André-Martello

8 rue de la Maison-Blanche 44100 Nantes
T. 02 40 40 66 67
lun : 9h - 12h30 / 13h45 - 17h
mar - ven : 8h30 - 12h / 13h15 - 16h45
L3 arrêt : Longchamp
CAP au BAC PRO métiers de l'électricité

CFA du Bâtiment

27 rue de la Rivaudière 44800 Saint-Herblain
T. 02 40 92 17 54
lun - ven : 8h30 - 12h / 14h - 17h
bus 93 arrêt : Rivaudière

Compagnons du Devoir du Tour de France

48 quai Malakoff
T. 02 40 47 04 18
www.compagnons-du-devoir.com
lun - ven : 9h - 12h30 / 13h30 - 17h30
L1 : Gare SNCF
bus 24, 56 arrêt : Gare SNCF Sud
23 métiers en apprentissage du CAP au BEP
Perfectionnement du BP, BM, BAC PRO, BTS

SE FORMER AVEC UN HANDICAP

Cap Emploi

1 rue Didienne
T. 02 40 08 07 07
lun - ven : 9h - 12h / 14h - 17h (15h30 le ven)
L2 arrêt : place du Cirque
Institué par l'Agefiph, ce réseau départemental
offre un accompagnement personnalisé pour le
maintien dans l'emploi, la recherche d'un emploi, la
formation, l'insertion des personnes handicapées
en milieu ordinaire.

Handisup

36 rue des Landes 44300 Nantes
T. 02 51 83 99 16
www.handisup.fr
lun - ven : 9h - 12h / 14h - 18h
L2 arrêt : Bourgeonnière

PASSER LE BAFA ?

Liste des organismes de formations
habilités « Jeunesse et Sports »

**La Ligue de l'enseignement
des Pays de la Loire**

9 rue des Olivettes 44000 Nantes

T. 02 51 86 33 07

www.fal44.org

L2, L3 / bus 24, 56 arrêt : Hôtel-Dieu

Léo-Lagrange Ouest

28 ter rue de la Paix 44600 St-Nazaire

T. 02 40 22 72 73

www.bafa-bafd.org

lun - ven : 9h - 18h

CEMEA

Centre d'Entraînement aux Méthodes d'Éducation

Active Formation d'animateurs et de directeurs
(BAFA, BAFD)

15 bis allée du Commandant Charcot

T. 02 51 86 02 60

www.cemea-pdll.org

lun - ven : 8h30 - 12h30 / 14h - 17h30

L1, L4 arrêt : Duchesse Anne

UFCV

Union Française des Centres de Vacances

Formation d'éducateurs (BAFA, BAFD)

19 rue Arsène-Leloup

T. 02 40 73 29 14

www.ufcv.asso.fr

lun - ven : 8h30 - 12h30 / 13h30 - 17h30

L1 arrêt : Chantiers Navals

FRANCAS

37 rue de la Tour d'Auvergne 44200 Nantes

T. 02 51 25 08 50

www.francas.asso.fr

lun - ven : 9h - 17h30

L1 arrêt : Médiathèque

SECOURISME

Croix-Rouge française

Formation PSC1

(Prévention et Secours Civique de Niveau 1)

21 rue Léon-Jost 44100 Nantes

T. 02 40 29 07 91

www.croix-rouge.fr

lun - ven : 8h30 - 12h15 / 13h30 - 17h00

bus 12, 32 arrêt : Américains

Secouristes Français

Croix Blanche Comité départemental

11 rue Concarneau 44300 Nantes

T. 02 40 73 08 14

www.croixblanche.org

lun - ven : 9h - 12h30 / 13h30 - 17h00

bus 32 arrêt : Bout des Landes

**Association Départementale de
Protection Civile de Loire Atlantique**

28 rue Antoine-Watteau 44100 Nantes

T. 02 40 47 87 34

lun - ven : 8h30 - 12h30 / 13h30 - 17h30

bus 22 arrêt : St-Laurent

**AGIR +
dicoLSF**

Parlez-vous les signes ? Tel pourrait être le slogan de l'association Dicolsf présidée par Cyrille Ruau. Son objectif ? Développer l'échange et les liens entre les sourds et les entendants par le biais de rencontres autour de jeux de société au cours desquels la langue des signes est enseignée, puis pratiquée. Au lieu d'apprendre l'Esperanto, brisez les barrières du handicap et faites parler vos mains ! Ouvert à tous, même aux bénévoles !

02 51 71 75 05 | www.dicolsf.com

ALL●NANTES 02 40 41 9000
www.nantes.fr





TRAVAILLER MISSION POSSIBLE **Une idée, un bon plan**

Mission Locale, la boîte à outils de l'emploi

Toute l'aide pour (re)démarrer

“ Je suis partie de chez moi à 17 ans. Je ne pouvais pas louer d'appartement car j'étais mineure. À ce moment-là, une éducatrice du Dispositif d'Insertion Jeunes m'a parlé de la Mission Locale. J'y vais au moins trois fois par semaine pour téléphoner, utiliser l'ordinateur et Internet. Ils m'ont aidée à retaper mon CV et mes lettres de motivation. On est assez autonomes là-bas. Si on a besoin d'eux, les conseillers sont là, mais ils ne sont pas oppressants. J'ai pris un rendez-vous le mois prochain, histoire de faire un bilan. Ils sont en relation avec des Chantiers d'Insertion qui proposent des contrats de 22h par semaine, c'est bien pour se remettre dans le bain, vu que je n'ai pas travaillé depuis un an. Le but, c'est de mettre de côté pour passer le diplôme d'assistante vétérinaire. Cette formation de deux ans coûte 2000 euros l'année, mais c'est vraiment ce que je veux faire, m'occuper des animaux. J'ai déjà fait un BEP Vente d'animaux de compagnie, mais là où je travaillais, on ne prenait pas assez soin des animaux, on les considérait comme de la marchandise. Je sais que mon objectif va être difficile à atteindre, mais je vais le faire ! ”



GUILLAUME | RESSOURCES SOLIDAIRES | 11:43



CLAIRE | L'OUVRE BOÎTE | 14:24



VANESSA | LA MAISON DE L'EMPLOI | 17:05

Si vous arrivez à Nantes, commencez par là !

Ressources Solidaires l'Apec, mais en mieux !

La grande idée de cette association a été de constituer une base de données, composée d'offres d'emplois et de candidatures, spécialisée dans l'économie sociale et solidaire. Ainsi, elle favorise l'emploi au sein de cette économie (encore) atypique et fournit aux entreprises un outil leur permettant de faire face à leurs problématiques de recrutement. Son objectif étant de répondre qualitativement à la demande de travail, tout en mettant en avant les candidats potentiels. Le vécu, les expériences, le bénévolat sont ainsi davantage pris en compte que le simple niveau de diplôme. Enfin du neuf ! Et c'est tant mieux...

Allo ? 02 51 83 00 58 | www.ressources-solidaires.org

L'Ouvre-Boîtes 44

la petite boîte qui monte, qui monte

Vous êtes le roi de la crêpe ? Vous fabriquez des étagères comme personne ? Vous êtes capable d'enlever votre caleçon sans retirer votre pantalon ? Bref, vous avez un savoir-faire ! Pourquoi ne pas tenter de créer votre emploi (sauf pour la dernière proposition, cela paraît compromis) ? L'Ouvre-Boîtes 44 vous accompagne dans votre démarche en testant votre projet sur le terrain afin de voir si celui-ci est vraiment viable. Rentabilisez votre talent !

Allo ? 02 28 21 65 10

www.ouvre-boites44.coop

La Maison de l'Emploi

là où tout commence...

Trouver son premier emploi. Continuer de se former. Se renseigner. Trouver un nouvel emploi. Décider d'être son propre patron... La vie professionnelle est pleine de surprises et de remises en question. Les questions justement, la Maison de l'emploi est là pour y répondre. Centralisant un maximum d'informations, elle est LA structure à connaître pour commencer efficacement vos recherches et gagner un temps précieux. Et tout cela, même sans rendez-vous... Le paradis des actifs !

Allo ? 02 40 85 66 66

www.me-metropole-nantaise.org

LYNDSAY | CHANTIERS PETITS BOULOTS | 12:36



JULIEN | SUIO | 14:15



ISABELLE | MAISON ÉCOLE | 15:02



JÉRÉMY | NANTES ÉCOLOGIE | 16:04



Acteurs de la ville

Chantiers petits boulots

du beurre dans les épinards

Vous avez entre 16 et 21 ans et vous désirez vous faire un peu d'argent de poche. Les « chantiers petits boulots » sont faits pour vous, pour peu que vous soyez un tout petit peu bricoleur. Proposés en priorité aux habitants de Breil, Dervallières, Bellevue, Clos Toreau, Halvêque et Bottière, ces contrats de 2h30 (au SMIC) vous permettent de travailler sur différents chantiers de Nantes. Un bon moyen de rencontrer des professionnels tout en participant à la vie locale.

Allo ? 02 40 20 86 51

Maison-école (Cifor-ouest)

faites comme chez les autres

C'est sur le terrain que l'on apprend le mieux un métier ! Le Cifor Ouest (centre de formation dans le secteur sanitaire et social) l'a compris en créant une « maison-école ». On y propose une formation de garde d'enfants à domicile d'une durée de trois mois. Des cours d'alimentation, d'hygiène, de ménage, de droit, etc. sont dispensés à une douzaine de stagiaires. A la clé : un certificat professionnel de « garde d'enfants à domicile » et de « sauveteur secouriste du travail ».

Allo ? 02 51 80 40 40

www.cifor.com

SUIO

le guide du petit étudiant

Vous avez besoin d'informations et de conseils sur la construction de votre parcours de formation et sur votre projet professionnel ? Le SUIO (Service Universitaire d'Information et d'Orientation) est là pour ça. Vous y trouverez toute la documentation liée aux différents parcours d'études ainsi que des conseillers prêts à répondre à vos questions lors d'entretiens individuels. L'idéal pour préparer son entrée dans le monde professionnel.

Allo ? 02 40 37 10 00

www.niv-nantes.fr/suio

Nantes Écologie

écolothèque

Insertion, écologie et solidarité, voilà le vaste programme de Nantes Écologie. L'objectif de la structure consiste à récupérer, trier et redistribuer des livres en France, mais aussi à l'étranger. Nantes Écologie a aussi ouvert une librairie d'occasion : L'Air livre. Et pour ce qui est de l'insertion, la structure emploie des personnes en difficulté à travers des contrats d'insertion professionnelle, histoire de réintégrer le monde du travail en douceur au milieu des livres. Vous pouvez les contacter !

Allo ? 02 51 82 05 41

PLUS D'ÉCOLE PAS DE BOULOT ?

Mission locale

www.missionlocale-nantes.org

lun : 8h30 - 12h30

mar - ven : 8h30 - 12h30 / 13h30 - 17h30

Sorti du système scolaire ou universitaire ? Agé de 16 à 25 ans ? Vous trouverez ici des offres d'emploi, des contacts avec les employeurs, des ateliers de découverte des métiers, la possibilité d'un bilan de compétences ou simplement une aide pour résoudre certaines difficultés de la vie quotidienne. Et, on vous accompagne IN-DI-VIDUELLE-MENT ! On accède à la Mission locale en s'inscrivant dans l'une de ses antennes.

Antenne Ouest (et siège administratif)

39 rue Paul-Bert 44100 Nantes

T. 02 51 80 38 80 (siège)

T. 02 51 80 38 87 (antenne)

L1 arrêt : Croix-Bonneau

bus 24 arrêt : Laënnec

services formation des jeunes-emploi - accompagnement social

Antenne Ouest espace Dervallières

Maison de l'Emploi

19 rue Charles-Roger 44100 Nantes

T. 02 40 43 45 34

bus 22, 56 arrêt : Vincent-Auriol

Antenne Ouest espace Bellevue

Maison de l'Emploi

46 bd Jean-Moulin 44100 Nantes

T. 02 28 03 93 29

L1 arrêt : Lauriers

Antenne Centre

Tour Bretagne

T. 02 40 69 36 36

L3 arrêt : Bretagne

Antenne Est espace Nantes Est

Maison de l'Emploi

9 rue Augustin-Fresnel 44300 Nantes

T. 02 40 49 22 86

L1 arrêt : Pin-Sec

bus 21 arrêt : Fresnel

Antenne Nord

81 rue des Renards

T. 02 40 76 50 52

L2 / bus 96 arrêt : Santos-Dumont

Antenne Sud

espace Rezé/Pont-Rousseau

Maison de l'Emploi

8 rue Jean-Baptiste-Vigier 44400 Rezé

T. 02 51 70 26 93

L3 arrêt : Goudy

Antenne Malakoff espace Malakoff

Maison de l'Emploi

8 rue d'Angleterre

T. 02 51 72 92 10

L1 arrêt : Moutonnerie

bus 56, 58 arrêt : Écosse

Antenne Sud Est

2 rue du 8-Mai

44230 St-Sébastien-sur-Loire

T. 02 40 34 25 22

bus 29, 30 arrêt : St-Sébastien

Antenne Nord Ouest

10 avenue des Thébaudières

44800 St-Herblain

T. 02 40 63 55 49

L3 arrêt : Orvault-Morlière

Antenne Campus

Si vous avez BAC + quelques mois

Maison des services

110 boulevard Michelet 44300 Nantes

T. 02 40 37 10 30

L2 arrêt : Michelet

Antenne Itinérante

T. 02 51 80 38 89

Maison École garde d'enfants à domicile

CIFOR Ouest

2 boulevard Jean-Moulin 44100 Nantes

T. 02 51 80 40 40

www.cifor.com

lun - ven : 8h - 18h (17h30 le ven)

ADELIS - CAP Jeunes

Service d'accompagnement pour l'insertion sociale et professionnelle des jeunes de 16 à 25 ans sortis du système scolaire.

6 rue de Bel-Air

T. 02 72 01 23 50

www.adelis.asso.fr

capjeunes@adelis.asso.fr

lun - jeu : 9h - 12h30 / 13h30 - 18h (17h le ven)

sauf mar : 13h30 - 18h30

Fermé : jeu après-midi

L3 arrêt : Jean-Jaurès

bus 12, 32, 52 arrêt : Bel-Air

CAP Jeunes accueille, informe, oriente sur les questions liées au logement, l'emploi, la formation, les démarches administratives, la santé... et propose un accompagnement et un soutien personnalisé.

PLAN JOB

CRIJ

Centre Régional Information Jeunesse

Tour Bretagne

T. 02 51 72 94 50

www.infos-jeunes.fr

mar, mer, jeu : 10h - 18h30

ven et sam : 14h - 18h30

L3 arrêt : Bretagne

Les plans boulot du CRIJ concernent essentiellement les secteurs de l'animation, des services, et du baby-sitting... Ces offres sont affichées sur place mais également disponibles sur le site.

Chantiers petits boulots

Léo Lagrange Ouest

44 rue d'Allonville

T. 02 40 20 86 51

claire.guerant@leolagrange.org

L1 arrêt : Moutonnerie

Job academy

T. 06 60 42 18 09

Ressources Solidaires

7 rue Flandres Dunkerque

T. 02 51 83 00 58

www.ressources-solidaires.org

l'Ouvre-Boîtes 44

Sillon de Bretagne 23^{ème} étage

8 avenue des Thébaudières 44800 Saint-Herblain

T. 02 28 21 65 10 (sur RDV)

contact@ouvre-boites44.coop

lun : 14h - 17h30

mar - ven : 9h30 - 12h30 / 14h - 17h30

Nantes Action Périscolaire

2 place du Martray

T. 02 40 20 22 98

valerie.lambert@nantesactionperiscolaire.fr

mar, jeu, ven : 8h00 - 18h00

L3 arrêt : Viarme/Talensac

Association chargée d'assurer l'encadrement éducatif et l'animation du temps périscolaire dans les écoles publiques nantaises. Postes d'animateurs à pourvoir à temps partiel tout au long de l'année scolaire. Une activité rémunérée à l'année est possible...

GUICHET UNIQUE POUR TOUS !

La Maison de l'Emploi

www.me-metropole-nantaise.org

La Maison de l'emploi s'adresse autant aux demandeurs d'emplois, bénéficiaires de minima sociaux, jeunes sans emploi ou sans qualification, travailleurs pauvres, demandeurs d'emploi de longue durée, salariés désireux de changer d'orientation professionnelle ou aux créateurs d'entreprises en recherche de conseils. Elle compte des espaces implantés dans les quartiers. Fonctionne sur le principe du guichet unique, et l'on peut s'y rendre sans rendez-vous.

Espace Bellevue (siège)

1^{er} étage

46 bd Jean-Moulin 44100 Nantes

T. 02 51 80 41 51

L1 arrêt : Lauriers

bus 45 arrêt : Alouette

Espace Nantes Est

9 rue Augustin-Fresnel

T. 02 40 08 97 20

Espace Nantes Nord

81 rue des Renards

T. 02 40 59 98 43

Espace Malakoff

8 rue d'Angleterre

T. 02 51 72 92 10

Espace Dervallières

19 rue Charles-Roger

T. 02 28 03 58 00

Espace Rezé/Pont-Rousseau

8 rue Jean-Baptiste-Vigier 44400 Rezé

T. 02 51 70 32 17

Espace Saint-Herblain/Sillon

3 place des Thébaudières

44800 St-Herblain

T. 02 40 92 02 63

Maison de l'entrepreneuriat de Nantes

Bât de l'Institut Economique et de Management

IAE - ch. de la Censive du Tertre 44300 Nantes

T. 02 40 14 12 72

www.univ-nantes.fr/entreprendre

L2 arrêt : Facultés

Centre de ressources et de conseil, atelier de formation, Créativ'Nantes propose un accompagnement personnalisé et gratuit pour les étudiants ayant un projet de création d'entreprise ou d'association. Dispositif proposé par l'université de Nantes et les CCI de Nantes et de St-Nazaire.

CROUS Service Emplois Jobs

T. 02 41 25 45 81

www.crous-nantes.fr

crous.jobsnantes@ac-nantes.fr

lun - ven : 9h - 17h

L2 arrêt : Facultés

Pôle Emploi

T. 3949

www.pole-emploi.fr

lun - mer : 8h30 - 16h30

jeu : 8h30 - 12h / ven : 8h30 - 16h

L'ANPE et les Assédic deviennent Pôle emploi pour mieux accompagner les demandeurs d'emploi dans leur recherche, démarches, de l'indemnisation à l'aide au retour à l'emploi. Attention ! Si vous avez moins de 26 ans, vous devez d'abord contacter la Mission locale.

DIPLÔMÉS

SUIO

Service Universitaire d'Information et d'Orientation

110 boulevard Michelet 44300 Nantes

T. 02 40 37 10 00

www.univ-nantes.fr/suio

lun : 13h30 - 17h

mar, mer, jeu : 9h30 - 17h, ven : 9h30 - 12h30

L2 arrêt : Michelet ou Morrhonnière - Petit Port

EN INSERTION

AFIJ

Association pour Faciliter l'Insertion professionnelle des Jeunes diplômés.

www.afij.org

L'AFIJ a pour finalité de faciliter et d'améliorer l'insertion professionnelle des étudiants et des jeunes diplômés, en les préparant à l'accès à l'emploi au travers d'actions de terrain.

Nantes Écologie

6 rue Monteil

T. 02 51 82 78 30

Handiplace

www.handiplace.org

Site d'information sur l'insertion professionnelle des travailleurs handicapés.

DIVERS

DDTEFP

Direction Départementale du Travail, de l'Emploi et de la Formation Professionnelle.

Tour Bretagne

T. 02 40 12 35 00

www.drtefp-paysdelaloire.travail.gouv.fr

lun - ven : 8h30 - 12h00 / 13h30 - 17h

L3 arrêt : Bretagne

Un étudiant ne peut concilier études et travail à temps plein. Il en va de même pour les étudiants étrangers qui ne doivent pas travailler plus de 964h dans l'année soit 18h/semaine environ (sauf vacances scolaires). N'oubliez pas d'apporter votre passeport, titre de séjour, l'inscription à l'université, contrat de travail ou la lettre d'intention d'embauche signée par votre futur employeur. Les démarches s'effectuent auprès de la DDTE service de la main-d'œuvre étrangère.

Profession Sport 44

44 rue Romain-Rolland 44100 Nantes

T. 02 40 58 61 74

www.professionsport44.fr

lun - ven : 9h - 12h / 14h - 17h

fermé jeudi après-midi

L1 arrêt : Romain-Rolland

tous les fichiers d'emplois sportifs

Maison de la Création

8 rue Bisson 44100 Nantes

T. 02 72 56 80 00

L1 arrêt : Gare Maritime

pour les futurs créateurs et repreneurs d'entreprise

L'Adie 44

Association pour le Droit à l'Initiative Economique

Maison de la Création

8 rue Bisson 44100 Nantes

T. 0 800 800 566 (gratuit)

lun - ven : 9h - 12h / 14h - 17h30

jeu : 9h - 12h / 14h - 16h

www.adie.org

L1 / bus 45, 81 arrêt : Gare Maritime

NOS DROITS

Inspection du travail

Tour Bretagne

T. 0 825 032 282

Toutes les infos sur le code du travail

Permanences sans RDV : lun - ven : 8h30 - 12h

Au téléphone : 13h30 - 17h (sauf le mar)

L3 arrêt : Bretagne

Conseil des Prud'Hommes

Immeuble Atlantica II

26 boulevard Vincent-Gâche 44200 Nantes

T. 02 40 20 61 30

lun - ven : 9h - 12h / 13h30 - 17h (16h30 le ven)

L2, L3 arrêt : Vincent Gâche

'AGIR + LES SYNDICATS

Y'a qu'à y aller ! 1936 est l'une des dates clé pour chaque salarié en France. En effet, il s'agit de la création des congés payés après un combat radical mené par le Front Populaire contre le patronat. Où en serait-on aujourd'hui sans ces accords et le syndicalisme ?! Car se syndiquer, c'est lutter, s'informer, s'ouvrir aux autres et protéger les plus fragiles ! Alors, pour défendre nos droits, un seul endroit, le syndicat !

1 place de la Gare de l'État 44200 Nantes

ALL●NANTES 02 40 41 9000

www.nantes.fr



PARTIR POUR MIEUX REVENIR **Une idée, un bon plan**



Service Volontaire Européen, vamos !

Souvenirs, souvenirs

“ Après mes études, j’ai voulu partir à l’étranger avant de me lancer dans le monde du travail. Je me suis donc dirigée vers le CRIJ qui m’a conseillé le SVE. Pour ça, il fallait un projet. Je voulais qu’il soit lié au théâtre, ma passion, le pays m’importait peu. Finalement, je suis partie sept mois pour monter une pièce en Andalousie, avec une association locale. Nous avons fait une tournée d’un mois et demi et le nombre de spectateurs allait de un à cent. On a même joué dans une prison. C’était génial, même si, apparemment, certains nous insultaient un peu. C’est pas grave, on ne comprenait pas... Je n’avais pas pratiqué l’espagnol depuis longtemps, les débuts ont été difficiles. Aller chercher une baguette de pain, c’était presque l’aventure ! Heureusement, on a reçu des cours sur place, pour écrire et jouer notre pièce en espagnol. À la fin d’une représentation, j’ai voulu dire « et voilà, la pièce est finie ! » et la salle s’est vidée en deux minutes... Avec le SVE, j’étais logée, nourrie et j’avais même un peu d’argent de poche (100 euros par mois). Ça me manque tout ça. J’ai laissé exprès quelques affaires là-bas, une bonne excuse pour revenir... ”

www.infos-jeunes.fr/sve | T. 02 51 72 94 50

ATILGAN | ACCOORD | 15:28



AUORE | VACANCES POUR TOUS | 16:32



PIERRE | DÉTOURS DE LOIRE | 10:27



Si vous arrivez à Nantes, commencez par là !

ACCOORD voyage en indé

Les vacances avec papa et maman, ça a son charme... Un moment. L'ACCOORD propose à ses adhérents de partir rien qu'entre ami-e-s. Il suffit d'être âgé de 16 à 21 ans et de monter un dossier. Pour cette tâche, un animateur accompagne les jeunes et s'assure que tout est en place pour que le voyage se déroule sans accroc. Le groupe se présente alors devant un jury qui décide si le projet est viable et s'il y apportera une éventuelle aide financière. Vous êtes encore là ?

Allo ? 02 40 74 02 52 | www.accoordinantes.info

Vacances pour tous **partir sans se saigner**

Nantes a beau être une ville où il fait bon vivre, partir en vacances, c'est bien agréable et ça change les idées. Malheureusement, tout le monde n'a pas les moyens de le faire. La Fédération des Amicales Laïques propose donc des séjours bien plus abordables que ceux qui sont proposés par les agences de voyage (l'association ne cherche pas de bénéfice). Avec eux, partez en sac à dos, en car, ou en avion, seul ou à plusieurs, encadrés ou libres, en France ou à l'étranger.

Allo ? 02 51 86 33 00
www.fal44.org

Détours de Loire **des tours de rayon**

Cette association tourangelle, présente à Nantes depuis deux ans, propose la location de vélos à la carte sans durée déterminée. Mais sa grande originalité se situe dans les séjours clés en main. Des circuits le long de la vallée de la Loire où vous n'aurez rien d'autre à faire qu'à enfourcher votre vélo et à profiter de la balade. Et pour un parcours perso ? Pas de problème, vous empruntez votre vélo à Nantes et le déposez où vous le souhaitez le long de la Loire...

Allo ? 02 40 48 75 37
www.detoursdeloire.fr

VIA LE RAIL

Gare SNCF

accès nord, côté tram

L1 : Gare SNCF

bus 12 arrêt : Gare SNCF Nord

accès sud, côté cars

bus 24, 56 arrêt : Gare SNCF Sud

www.voyages-sncf.com

3635 (0,34 euro TTC/mn) prix via téléphone fixe

T. 02 40 08 11 00

Gare de Chantenay

boulevard Maréchal Alphonse-Juin 44100 Nantes

bus 25 arrêt : Gare de Chantenay

Boutiques SNCF

L1, L2, L3 arrêt : Commerce

Nantes Centre ville

12 place de la Bourse

lun - sam : 9h - 19h

Nantes Brancas (espace TAN)

2 allée Brancas

lun - ven : 10h - 18h30

Boutique Doulon (nouveau)

1 boulevard Auguste-Peneau 44300 Nantes

lun - ven : 9h15 - 12h30 / 14h15 - 18h15

sam : 9h15 - 13h

L1 arrêt : mairie de Doulon

EN AUTOCAR

Gare Routière

allée Baco ou 3 allée Duquesne

L2, L3 / bus 24, 56 arrêt : Hôtel-Dieu

Allo Lila

Tout savoir sur les horaires, itinéraires, titres de transports des cars dans le 44

T. 0 825 087 156 (0,15 euro/mn)

www.cg44.fr

Eurolines

Gare routière Baco

Allée de la Maison-Rouge

T. 0892 89 90 91

www.eurolines.fr

lun - sam : 9h30 - 12h30 / 13h30 - 18h (17h le sam)

L2, L3 / bus 24, 56 arrêt : Hôtel-Dieu

Pourquoi ne pas s'enfuir aux quatre coins de l'Europe ? 1 500 villes desservies pour un tarif largement inférieur à celui du train ou l'avion

VIE PRATIQUE

Piqûre de rappel

Pour connaître les documents nécessaires à votre voyage :

www.diplomatie.gouv.fr

Passeport biométrique

www.nantes.fr - vosdroits.service-public.fr

les demandes sont prises en mairie centrale uniquement sur rendez-vous via ALLONANTES 02 40 41 9000. Vous devrez vous munir de la somme de 88 euros en timbres fiscaux (44 euros pour les -de 18 ans), + ancien passeport ou de votre carte d'identité + justificatif de domicile + justificatif de nom d'usage (carte d'identité) + acte de naissance ainsi que de deux photos calibrées.

PAR LES AIRS

Aéroport International Nantes-Atlantique

44340 Bouguenais

T. 02 40 84 80 00 - www.nantes.aeroport.fr

14 vols réguliers nationaux (Ajaccio, Bastia, Bordeaux, Calvi, Clermont-Ferrand, Figari, Lille, Lyon, Marseille, Montpellier, Nice, Paris, Strasbourg, Toulouse) **24 internationaux** (Amsterdam, Barcelone, Casablanca, Catane, Djerba, Genève, Londres, Cork, Madrid, Milan, Montréal, Palerme, Palma et Tunis) dont **low cost** (Bergame, Liverpool, Dublin, Marakech et Nottingham East Midlands et Shannon) avec des compagnies régulières + 66 destinations vacances.

Compagnies aériennes

Ryan Air www.ryanair.com

Atlas Blue www.atlas-blue.com

Iberia www.iberia.fr

Air France www.airfrance.fr

Easy Jet www.easyjet.com

Windjet www.volawindjet.it

Royal Air Maroc www.royalairmaroc.com

Aer Arann www.aerarann.com

Tunisair www.tunisair.com

Air Transat www.airtransat.com

Aller/Revenir de l'aéroport

Navette Centre ville Aéroport

Où prendre la navette ? Commerce, Cité des congrès
Gare SNCF Sud et Aéroport.

Durée du trajet : 30 mn / tarif : 7 euros

T. 02 40 444 444

Conseil Vaccination voyageurs

CHU - Immeuble le Tourville

5 rue du Professeur Yves-Boquien

T. 02 40 08 30 75

Sur RDV, lun - ven : 9h - 16h30

L2, L3 / bus 24, 56 arrêt : Hôtel-Dieu

BONS PLANS

ACCOORD

10 rue d'Erlon

T. 02 40 74 02 52

www.accoordinantes.info

L3 arrêt : Jean-Jaurès

Détours de Loire

Allée Baco

T. 02 40 48 75 37

www.detoursdeloire.fr

Vacances pour tous - FAL

9 rue des Olivettes

T. 02 51 86 33 00

www.fal44.org

L2, L3 / bus 24, 56 arrêt : Hôtel-Dieu

Inter Rail

www.interrail.net

Une trentaine de pays répartis en huit zones dans lesquelles vous pourrez ou non circuler en train gratuitement en fonction du pass choisi. Un seul billet en poche, valable de 2 semaines à 1 mois.

UCPA

Union nationale des Centres sportifs de Plein Air
cours des 50-Otages

T. 02 40 48 92 60

www.ucpa.com

mar - sam : 11h - 12h et 13h - 18h

L1, L2, L3 arrêt : Commerce

UCPA propose 60 activités de plein air dans 80 pays. Hébergement, restauration, matériel... Tout est prévu à des prix plutôt attractifs.

'AGIR + CHANTIERS DE JEUNES

La plage et le camping vous lassent et vous avez envie d'autre chose... Avec les chantiers d'été, vous renouvelez vos vacances et en plus vous vous rendez utile. Que ce soit en France ou à l'étranger, vous travaillerez à la restauration du patrimoine, à la mise en place d'actions environnementales, sociales ou artistiques. Rassurez-vous, détente, visites et rencontres seront également au rendez-vous ! Après tout, ça reste les vacances !

claudenaud@jeunesse-sports.gouv.fr

www.drds-pays-de-la-loire.jeunesse-sports.gouv.fr

ALLONANTES 02 40 41 9000

www.nantes.fr

Don't worry !

Les numéros qui sauvent la vie

AVEC LA JUSTICE

Maisons de la justice et du Droit de Nantes et Rezé.

Informations sur le droit et la procédure, orientations, permanences d'avocats et de juristes, aide aux victimes d'infractions, traitement de petits litiges civils, accueil de public en difficulté.

C'est gratuit.

21 rue Charles-Roger, 44100 Nantes

T. 02 51 80 64 30

8 rue Jean-Baptiste-Vigier 44400 Rezé

T. 02 51 11 37 00

Maison de l'avocat

Pour accéder aux services d'un avocat.

27 rue Lanoue Bras de Fer 44300 Nantes

T. 02 51 88 93 88

UDAF

Union départementale des associations familiales de Loire-Atlantique

35 A rue Paul-Bert 44105 Nantes

T. 02 51 80 30 00

info@udaf44.asso.fr

CIFF – CIDF

Centre d'information Féminin et Familial

Centre d'information des Droits des Femmes

5 rue Maurice Duval 44000 Nantes

T. 02 40 48 13 83

cidffnantes@orange.fr

www.infofemmes.com

PANNE DE DOUCHE

Bains-douches municipaux

1 rue des Olivettes 44000 Nantes

T. 02 40 47 17 42

lun au sam : 9h - 12h / 14h - 17h30

dim : 9h - 11h30

ALLO BOBOS

Croix-Rouge écoute : 0 800 858 858

Discrimination raciale info : 114

Contraception et IVG : 0 800 834 321

Sida info service : 0 800 840 800

Tabac info service : 3989

S.O.S. Sans-abri : 115

S.O.S. Amitié : 02 40 04 04 04

Allo services publics : 3939

Allo TAN : 02 40 444 444

EDF dépannage : 0 810 333 044

Centre anti-poison : 02 41 48 21 21

CHU - CHR : 02 40 08 33 33

Narcotiques anonymes : 02 51 88 98 97

Point écoute jeunes : 02 40 47 71 28

PLAQUETTES ÉDITÉES PAR LA VILLE :

• CCAS, Besoin d'un coup de pouce ?

• Guide de l'urgence sociale, des adresses pour vous aider

Pompiers : 18
Samu : 15
Police : 17

**Numéro d'urgence
européen
depuis un portable**
112



16-25 ANS
LE JEUDI C'EST

CNJ
Conseil Nantais de la Jeunesse

Un atelier d'échange
et de **DIALOGUE**

Citoyenneté

VILLE DE
Nantes

16-25 ans

Tous les jeudis 18h30 au lieu unique l'atelier hebdo du CNJ

ALL•NANTES 02 40 41 9000 www.nantes.fr

Salut les fêtards!

« Vous savez ce que
c'est les lendemains
de fêtes difficiles...
Bouche pâteuse,
la tête en vrac...
Et le trou noir !
Bref, j'ai tout zappé
de ma soirée d'hier.
Soyez sympas,
aidez-moi à retrouver
la mémoire... »

Mathis, l'amnésique



VILLE DE
Nantes

RENDEZ-VOUS SUR

www.secrethappynight.com

La Ville de Nantes lance le 2^e épisode du jeu d'aventure
Secrethappynight. Pour s'amuser tout en découvrant
de vrais messages de prévention sur les comportements
à risques liés à l'hyperalcoolisation.

ÉPISE 2